

**TRÉNINGY NA ĽADE 15.2. - 21.2.2016 M.LIPČÁKOVÁ**

Deň	Čas	Miesto tréningu	Zadelenie pretekárov
<b>Pondelok</b>	06,30 - 06,45	Rozcvička	pretekári na TESTY VAS,GAS,GAS,PE
<b>15.2.2016</b>	07,00 - 08,00	ĽAD	pretekári na TESTY VAS,GAS,GAS,PE
<b>TÓ</b>	09,00 - 09,15	Rozcvička	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
	09,30 - 10,30	ĽAD	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
	10,35 - 11,00	VTP	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
	13,15 - 14,15	ĽAD	ostatni
	14,20 - 14,45	VTP	ostatni
<b>Utorok</b>	09,15 - 09,30	Rozcvička	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
<b>16.2.2016</b>	09,45 - 10,45	ĽAD	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
<b>LI</b>	10,50 - 11,00	Vybeh	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
	14,15 - 15,15	ĽAD	PE,PE,HRA,HRA,VAS,MI,
	15,20 - 15,45	VTP	PE,PE,HRA,HRA,VAS,MI,
	15,15 - 16,15	ĽAD	GAS,GAS,BU,ON
	16,20-16,45	VTP	GAS,GAS,BU,ON
	<b>16,30 - 17,30</b>	<b>PRÍPRAVKA</b>	<b>HRA</b>
<b>Streda</b>	06,30 - 06,45	Rozcvička	pretekári na TESTY VAS,GAS,GAS,PE
<b>17.2.2016</b>	07,00 - 08,00	ĽAD	pretekári na TESTY VAS,GAS,GAS,PE
<b>FR</b>	09,15 - 09,30	Rozcvička	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
	09,45 - 10,45	ĽAD	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
	10,50 - 11,00	Vybeh	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
	13,30 - 14,15	ĽAD	HRA,HRA,PE,PE,VAS,MI
	14,15 - 15,15	ĽAD	GAS,GAS,BU,ON,
	15,20 - 15,50	VTP	GAS,GAS,BU,ON,
<b>Štvrtok</b>	06,30 - 06,45	Rozcvička	pretekári na TESTY VAS,GAS,GAS,PE
<b>18.2.2016</b>	07,00 - 08,00	ĽAD	pretekári na TESTY VAS,GAS,GAS,PE
<b>TÓ</b>	12,15 - 12,30	Rozcvička	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
	12,45 - 13,30	ĽAD	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
	13,00 - 13,15	Rozcvička	PE,HRA,VAS,
<b>narodeniny</b>	13,30 - 14,15	ĽAD	PE,HRA,VAS,
<b>Vasilišinová</b>	14,30 - 15,30	ĽAD	pretekári na MSR - PE,BU,MIK,
	15,30 - 16,15	ĽAD	GAS,GAS,ON
	<b>16,30 - 17,30</b>	<b>PRÍPRAVKA</b>	
<b>Piatok</b>	06,30 - 06,45	Rozcvička	
<b>19.2.2016</b>	07,00 - 08,00	ĽAD - pretekári na VC Ružomberka	HRA,HRA,VAS,MIK
<b>LI</b>	13,15 - 14,15	ĽAD - pretekári na VC Ružomberka	GAS,GAS,ON
	<b>HOKEJ</b>	začiatok o 17,30 hod.	<b>HANDŽÁKOVÁ</b>
<b>20.2.2016</b>	<b>Sobota</b>	<b>VC RUŽOMBERKA</b>	
<b>21.2.2016</b>	<b>Nedeľa</b>	<b>VC RUŽOMBERKA</b>	
	<b>HOKEJ</b>	začiatok o 17,00 hod.	<b>GRINČ</b>