

TRÉNINGY NA ĽADE 05. - 11.10.2015 M.LIPČÁKOVÁ

Deň	Čas	Miesto tréningu	Zadelenie pretekárov
Pondelok	06,00 - 07,00	ĽAD	všetci
10/5/2016	14,00 - 14,15	Rozcvička	VAS,MI,HRA,ON
LI	14,30 - 15,15	ĽAD	VAS,MI,HRA,ON
	15,45 - 16,30	Balet - Modrák	VAS,MIK
	14,45 - 15,00	ind.R	GAS,GAS,BU,PE,PE
	15,15 - 16,15	ĽAD	GAS,GAS,BU,PE,PE
	16,30-17,00	VTP	GAS,GAS,BU,PE,PE
Utorok	06,00 - 07,00	ĽAD	GA,GAS,BU,PE,PE,
10/6/2015	14,00 - 14,15	Rozcvička	VAS,MI,HRA,PE,PE
FR	14,30 - 15,15	ĽAD	VAS,MI,HRA,PE,PE
	14,45 - 15,00	ind.R	GAS,GAS,BU,ON
	15,15 - 16,15	ĽAD	GAS,GAS,BU,ON
	16,30 - 17,30	PRÍPRAVKA	
Streda	14,00 - 14,15	Rozcvička	GAS,GAS,BU,PE,PE
10/7/2015	14,30 - 15,15	ĽAD	GAS,GAS,BU,PE,PE
TÓ	15,30 - 15,45	Výbeh	GAS,GAS,BU,PE,PE
	14,45 - 15,00	ind.R	VAS,MI,HRA,ON
	15,15 - 16,15	ĽAD	VAS,MI,HRA,ON
	16,30-17,00	VTP	VAS,MI,HRA,ON
Štvrtok	06,00 - 07,00	ĽAD	VAS,MI,HRA,ON,
10/8/2015	14,00 - 14,15	Rozcvička	VAS,MI,HRA,PE,PE
LI	14,30 - 15,15	ĽAD	VAS,MI,HRA,PE,PE
	15,30 - 15,45	Výbeh	VAS,MI,HRA,PE,PE
	14,45 - 15,00	ind.R	GAS,GAS,BU,ON
	15,15 - 16,15	ĽAD	GAS,GAS,BU,ON
	17,00-18,00	Balet - Kováčska	GAS,GAS,BU,ON,PE,PE,HRA
	16,30 - 17,30	PRÍPRAVKA	
Piatok	14,00 - 14,15	Rozcvička	VAS,MI,HRA,ON
10/9/2015	14,30 - 15,30	ĽAD	VAS,MI,HRA,ON
FR	15,45 - 16,00	Výbeh	VAS,MI,HRA,ON
narodeniny	15,00 - 15,15	ind.R	GAS,GAS,BU,PE,PE
p.LIPČÁKOVÁ	15,30 - 16,15	ĽAD	GAS,GAS,BU,PE,PE