

TRÉNINGY NA ĽADE 31.08. - 06.09.2015 M.LIPČÁKOVÁ

Deň	Čas	Miesto tréningu	Zadelenie pretekárov
Pondelok	08,00 - 08,30	Rozcvička	OND,PE,PE,MIK
31.8.2015	08,45 - 09,30	ĽAD	OND,PE,PE,MIK
TÓ	09,00 - 09,15	indiv.R	BU,GAS,GAS,VAS,HRA
	09,30 - 10,15	ĽAD	všetci
	10,30 - 11,15	ĽAD	BU,GAS,GAS,VAS,HRA
Utorok	13,15 - 14,15	Balet Crow arena	VAS,MIK
1.9.2015	14,00 - 14,15	Rozcvička	GAS,GAS,HRA,
LI	14,30 - 15,30	ĽAD	GAS,GAS,HRA,VAS,MIK
	15,00 - 15,15	indiv. R	GAS,GAS,HRA,VAS,MIK
	15,30 - 16,15	ĽAD	všetci
	16,30 - 17,30	ĽAD	OND,PE,PE,BU
Streda	14,00 - 14,15	Rozcvička	BU,GAS,GAS,VAS,HRA
2.9.2015	14,30 - 15,15	ĽAD	BU,GAS,GAS,VAS,HRA
FR	15,00 - 15,15	indiv. R	OND,PE,PE,MIK
	15,15 - 16,15	ĽAD	OND,PE,PE,MIK
Štvrtok	06,00 - 07,00	ĽAD	BU,GAS,GAS,VAS,HRA
3.9.2015	14,00 - 14,15	Rozcvička	BU,GAS,GAS,VAS,HRA
TÓ	14,30 - 15,30	ĽAD	BU,GAS,GAS,VAS,HRA
	15,00 - 15,15	indiv. R	OND,PE,PE,MIK
	15,30 - 16,15	ĽAD	OND,PE,PE,MIK
	16,30 - 17,30	ĽAD	OND,PE,PE,MIK
Piatok	14,00 - 14,15	Rozcvička	OND,PE,PE,BU
4.9.2015	14,30 - 15,30	ĽAD	OND,PE,PE,BU
LI	14,15 - 15,15	Balet Crow arena	VAS,MIK
	15,00 - 15,15	indiv. R	GAS,GAS,HRA,
	15,30 - 16,15	ĽAD	GAS,GAS,HRA,VAS,MIK
	16,30 - 16,45	Vybeh	GAS,GAS,HRA,VAS,MIK