

TRÉNINGY NA ĽADE 16.11. - 22.11.2015 H.TÓCZIKOVÁ

Deň	Čas	Miesto tréningu	Zadelenie pretekárov
Pondelok	06,00 - 07,00	ĽAD	RUS,KLO,KOM,KAŽ,SOL,ŠU,PAL
16.11.2016	14,00 - 14,15	Rozcvička	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
FR	14,30 - 15,15	ĽAD	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
	15,45 - 16,30	Balet - Modrák	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
	14,45 - 15,00	ind.R	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
	15,15 - 16,15	ĽAD	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
	16,30 - 17,15	VTP	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
Utorok	06,00 - 07,00	ĽAD	HRN,GR,FE,FE,ŠU,ČE,MOR
17.11.2015	07,15 - 08,00	VTP	HRN,GR,FE,FE,ŠU
LI	13,30 - 14,15	VTP	RUS,KLO,KOM,KAŽ,SOL,ČE,PAL
	14,30 - 15,15	ĽAD	RUS,KLO,KOM,KAŽ,SOL,ČE,PAL
	15,15 - 15,30	pretekári na BB - PE,HER,KUN,HRI,GR	
	15,00 - 15,15	ind.R	HRN,GR,FE,FE,ŠU,MOR
	15,30 - 16,15	ĽAD	HRN,GR,FE,FE,ŠU,MOR
	16,30 - 16,45	Výbeh	HRN,GR,FE,FE,ŠU,MOR
	16,30 - 17,30	PRÍPRAVKA	
Streda	14,00 - 14,15	Rozcvička	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
18.11.2015	14,30 - 15,15	ĽAD	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
FR	15,30 - 16,00	VTP	HRN,GR,FE,FE,ŠU,
	15,45 - 16,30	Balet - Modrák	PAL,ČE
	15,15 - 15,30	pretekári na BB - LEN,KOŽ,SCH,MIK,VAS,	
	15,00 - 15,15	ind.R	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
	15,30 - 16,15	ĽAD	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
	16,30 - 17,15	VTP	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
Štvrtok	14,00 - 14,15	Rozcvička	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
19.11.2015	14,30 - 15,15	ĽAD	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
TÓ	15,30 - 15,45	Výbeh	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
	15,15 - 15,30	pretekári na Miskolc - HER,MIK,LEN + BB - KOL	
	14,45 - 15,00	ind.R	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
	15,15 - 16,15	ĽAD	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
	16,30 - 16,45	Výbeh	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
	16,30 - 17,30	PRÍPRAVKA	
Piatok	14,00 - 14,15	Rozcvička	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
20.11.2015	14,15 - 14,30	pretekári na BB - HRI,GR,PE + Miskolc SOL	
LI	14,30 - 15,30	ĽAD	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
	15,45 - 16,30	VTP	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
	15,15 - 15,30	pretekári na BB - BU,GAS,GAS,HAJ,	
	14,45 - 15,15	ind.R	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
	15,30 - 16,15	ĽAD	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
	16,30 - 17,15	VTP	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PAL,ČE
		VC SNP Banská Bystrica	
Sobota	14.11.2015	VC SNP Banská Bystrica	
Nedeľa	15.11.2015	VC SNP Banská Bystrica	