

**TRÉNINGY NA ĽADE 22.02. - 28.02.2016 H.TOCZIKOVÁ**

Deň	Čas	Miesto tréningu	Zadelenie pretekárov
<b>Pondelok</b>	14,00 - 14,15	Rozcvička	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
<b>22.2.2016</b>	14,30 - 15,15	ĽAD	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
<b>FR</b>	15,30 - 16,00	VTP	RUS,KLO,KOM,KAŽ,MOR,SOL
	14,45 - 15,00	ind.R	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PA,ČE
	15,15 - 16,15	ĽAD	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PA,ČE
	16,30 - 17,15	VTP	HRN,GR,FE,FE,ŠU,PA,ČE
<b>Utorok</b>	06,00 - 07,00	ĽAD	všetci
<b>23.2.2016</b>	14,00 - 14,15	Rozcvička -TESTY	HRN,GR,ČE,KAŽ,SOL
<b>TÓ</b>	14,30 - 15,15	ĽAD - TESTY	HRN,GR,ČE,KAŽ,SOL
	16,00 - 17,00	BALET - CVČ Orgovánová - SOL	
	17,00 - 18,00	BALET - CVČ Orgovánová - KOM,KLO,KAŽ,MOR,PA,ČE	
	15,00 - 15,15	R - pretekári na M-SR HRN,GR,FE,FE,RUS	
	15,15 - 16,15	ĽAD pretekári na M-SR HRN,GR,FE,FE,RUS	
	16,30 - 17,00	VTP - pretekári na M.SR HRN,GR,FE,FE,RUS	
	<b>16,30 - 17,30</b>	<b>PRÍPRAVKA</b>	
<b>Streda</b>	14,00 - 14,15	Rozcvička -TESTY	HRN,GR,ČE,KAŽ,SOL
<b>24.02.2016</b>	14,30 - 15,05	ĽAD - TESTY	HRN,GR,ČE,KAŽ,SOL
<b>LI</b>	14,30 - 14,45	R - pretekári na M-SR HRN,GR,FE,FE,	
	15,05 - 15,40	ĽAD pretekári na M-SR HRN,GR,FE,FE,	
	16,45 - 16,00	výbeh - pretekári na M-SR HRN,GR,FE,FE	
	15,15 - 15,30	ind.R - pretekári na VC Žiliny - RUS,SOL,KLO	
	15,40 - 16,15	ĽAD - pretekári na VC Žiliny - RUS,SOL,KLO	
	16,20 - 16,45	výbeh - pretekári na VC Žiliny - RUS,SOL,KLO	
<b>Štvrtok</b>	06,00 - 07,00	ĽAD - pretekári na TESTY - HRN,GR,ČE,KAŽ,SOL	
<b>25.2.2016</b>	14,00 - 14,15	R - pretekári na M-SR HRN,GR,FE,FE,RUS	
<b>FR</b>	14,30 - 15,15	ĽAD pretekári na M-SR PE,BU,MIK	
	15,30 - 15,45	výbeh - pretekári na M-SR HRN,GR,FE,FE,RUS	
	14,45 - 15,00	ind.R	ŠU,PA,KOM,KLO,MOR,SOL,KAŽ,ČE
	15,15 - 16,15	ĽAD	ŠU,PA,KOM,KLO,MOR,SOL,KAŽ,ČE
	<b>16,30 - 17,30</b>	<b>PRÍPRAVKA</b>	
<b>Piatok</b>	14,00 - 14,15	Rozcvička	KOM,KLO,RUS,MOR,
<b>26.2.2016</b>	14,30 - 15,15	ĽAD	KOM,KLO,RUS,MOR,
<b>TÓ</b>	14,45 - 15,00	ind.R	FE,FE,ŠU,PA
	15,15 - 16,15	ĽAD	FE,FE,ŠU,PA
	16,30 - 16,45	výbeh	FE,FE,ŠU,PA
		<b>TESTY VÝKONNOSTI - ŽILINA</b>	
	<b>HOKEJ</b>	<b>17,30</b>	<b>DIANOVÁ</b>
<b>Sobota</b>	<b>27.2.2016</b>	<b>VC ŽILINY</b>	
<b>Nedeľa</b>	<b>28.2.2016</b>	<b>VC ŽILINY</b>	
	<b>HOKEJ</b>	<b>17,00</b>	<b>VASILŠINOVÁ</b>