

TRÉNINGY NA ĽADE 12. - 18.03.2018 skupina trénerky H.Tóczikovej

Deň	Čas	Miesto tréningu	Zadelenie pretekárov
Pondelok	13,45 - 14,00	rozcvička	RUS,KOM,KLO,SOL
12.3.2018	14,15 - 15,15	ĽAD	RUS,KOM,KLO,SOL
BE	14,45 - 15,00	rozcvička	HRI,GRI,FE,FE,PA,ČE
	15,15 - 16,15	ĽAD	HRI,GRI,FE,FE,PA,ČE
Utorok	14,15 - 14,45	VTP	RUS,KOM,KLO,SOL
13.3.2018	15,00 - 15,45	ĽAD	RUS,KOM,KLO,SOL
FR	16,15 - 17,00	BALET	SOL
	15,15 - 15,30	rozcvička	HRI,HRN,GRI,FE,FE,PA,ČE
	15,45 - 16,30	ĽAD	HRI,HRN,GRI,FE,FE,PA,ČE
	17,00 - 17,45	BALET	PA,ČE,RUS,KOM,KLO
	16,45 - 17,30	PRÍPRAVKA	
Streda	14,15 - 15,00	VTP	RUS,KOM,KLO,SOL
14.3.2018	15,00 - 15,45	ĽAD	RUS,KOM,KLO,SOL
LI	15,50 - 16,10	výbeh + strečing	RUS,KOM,KLO,SOL
	15,45 - 16,30	VTP	HRI,HRN,GRI,FE,FE,PA,ČE
	16,45 - 17,30	ĽAD	HRI,HRN,GRI,FE,FE,PA,ČE
	17,35 - 18,00	výbeh + strečing	HRI,HRN,GRI,FE,FE,PA,ČE
Štvrtok	06,00 - 07,00	ĽAD	všetci
15.3.2018	14,15 - 14,45	VTP	RUS,KOM,KLO,SOL
TŮ	15,00 - 15,45	ĽAD	RUS,KOM,KLO,SOL
	16,00 - 16,45	TANEC	SOL
	15,15 - 15,30	rozcvička	HRI,HRN,GRI,FE,FE,PA,ČE
	15,45 - 16,30	ĽAD	HRI,HRN,GRI,FE,FE,PA,ČE
	16,45 - 17,30	TANEC	PA,ČE,RUS,KOM,KLO
	16,45 - 17,30	PRÍPRAVKA	
Piatok	13,45 - 14,00	rozcvička	RUS,KOM,KLO,SOL
16.3.2018	14,15 - 15,15	ĽAD	RUS,KOM,KLO,SOL
BE	14,30 - 15,00	rozcvička	HRI,GRI,FE,FE,PA,ČE
	15,15 - 16,15	ĽAD	HRI,GRI,FE,FE,PA,ČE

