

TRÉNINGY NA ĽADE 07. - 13.01.2019

Deň	Čas	Miesto tréningu	Zadelenie pretekárov
Pondelok	14,00 - 14,15	rozcvička	GAS,GAS,PE,PE,VAS,MAC,BU
7.1.2019	14,15 - 15,15	ĽAD	GAS,GAS,PE,PE,VAS,MAC,BU
BE	15,15 - 15,45	ĽAD	nácvik na výstúpenie Olympiáda U.S.Steelu
	15,30-16,00	VTP	GAS,GAS,PE,PE,VAS,MAC
	16,15 - 16,30	ĽAD	TESTY- HRE
	16,00 - 16,30	VTP	AND,BAT,HRE,LEN,KOŠ
	16,45 - 17,30	ĽAD	AND,BAT,HRE,LEN,KOŠ
Utorok	13,45 - 14,00	rozcvička	AND,BAT,HRE,LEN,KOŠ
8.1.2019	14,15 - 15,00	ĽAD	AND,BAT,HRE,LEN,KOŠ
LI	15,15 - 16,00	BALET	BAT,HRE,LEN,KOŠ
	15,00 - 15,45	ĽAD	VAS,MAC
	16,00 - 16,45	BALET	VAS,MAC
	15,45 - 16,30	ĽAD	GAS,GAS,PE,PE,BU
	16,45 - 17,30	BALET	GAS,GAS,PE,PE
Streda	06,00 - 07,00	ĽAD	pretekári BELEHRAD- LEN
9.1.2019	14,15 - 14,45	ĽAD	TESTY- HRE
TÓ	14,15 - 14,30	rozcvička	AND,BAT,LEN,KOŠ
	14,45 - 15,45	ĽAD	AND,BAT,HRE,LEN,KOŠ
	15,15 - 15,45	VTP	GAS,GAS,PE,PE,VAS,MAC
	16,00 - 17,00	ĽAD	GAS,GAS,PE,PE,VAS,MAC,
	17,00 - 17,30	ĽAD	nácvik na výstúpenie hokej - trénerka Franková
	zraz 17,30 hod.	Steel aréna	18,00 hod. výstúpenie Olympiáda U.S.Steelu
Štvrtok	06,00 - 07,00	ĽAD	TESTY -HRE
10.1.2019	13,45 - 14,00	rozcvička	AND,BAT,HRE,LENKOŠ
FR	14,15 - 15,00	ĽAD	AND,BAT,HRE,LEN,KOŠ
	15,15 - 16,00	TANEC	BAT,HRE,LEN,KOŠ
	15,00 - 15,45	ĽAD	VAS,MAC
	16,00 - 16,45	TANEC	VAS,MAC
	15,45 - 16,30	ĽAD	GAS,GAS,PE,PE,BU
	16,45 - 17,30	TANEC	GAS,GAS,PE,PE
Piatok	14,00 - 14,30	rozcvička	AND,BAT,LEN,KOŠ
11.1.2019	14,45 - 15,30	ĽAD	AND,BAT,LEN,KOŠ
BE	15,30 - 15,45	ĽAD	nácvik na výstúpenie hokej - trénerka Franková
	15,15 - 15,30	rozcvička	GAS,GAS,PE,PE,VAS,MAC
	15,45 - 16,30	ĽAD	GAS,GAS,PE,PE,VAS,MAC
Sobota	TESTY	VÝKONNOSTI	Nové Mesto nad Váhom
		X	VC Nové Mesto nad Váhom
12.1.2019	X	X	X
Nedeľa		X	VC Nové Mesto nad Váhom
13.1.2019	HOKEJ	začiatok o 17,00 hod.	Spoločné číslo - trénerka Franková