

**TRÉNINGY NA ĽADE 11. - 17.02.2019 skupina trénerky H.Tóczikovej**

Deň	Čas	Miesto tréningu	Zadelenie pretekárov
<b>Pondelok</b>	06,00 - 07,00	ĽAD	pretekári neštartujúci na VC Ružomberka + 2.ročník
<b>11.02.2019</b>	13,45 - 14,00	rozcvička	VC RUŽ - ŠOL,LEN,BAT,AND,RAČ,MAJ,ŠOG,FIA,PRA,GRI
<b>LI</b>	14,15 - 15,15	ĽAD	VC RUŽ - ŠOL,LEN,BAT,AND,RAČ,MAJ,ŠOG,FIA,PRA,GRI
	14,45 - 15,00	rozcvička	VC RUŽ-RUS,KOM,SOL,VAS,MAC,LEN,KOŽ,PAŽ,GLA,ČER,KUN
	15,15 - 16,15	ĽAD	VC RUŽ-RUS,KOM,SOL,VAS,MAC,LEN,KOŽ,PAŽ,GLA,ČER,KUN
<b>Utorok</b>	13,45 - 14,00	rozcvička	SOL,ŠOL,PE
<b>12.02.2019</b>	14,15 - 15,00	ĽAD	SOL,ŠOL,PE
<b>TÓ</b>	15,15 - 16,00	BALET	RUS,RAČ,FIA,ŠOG,ŠOL,JUR,BAT,AND,LEN,HRE,KOŠ,PRA,BRU,BRU,
	15,00 - 15,45	VTP	všetci
	16,00 - 16,45	BALET	LEN,GLA,KOŽ,SOL,VAS,MAC,MIK,KUN,ČER,GRI
	15,45 - 16,30	ĽAD	FE,FE,PA,ČE,RUS,KOM,KLO
	16,45 - 17,30	BALET	HAI,PA,ČE,RUS,KLO,KOM,GAS,GAS,PE,PE
	<b>16,45 - 17,30</b>	<b>PRÍPRAVKA</b>	
<b>Streda</b>	06,00 - 07,00	ĽAD	FE,FE,PA,ČE,RUS,KOM,KLO,PE,
<b>13.02.2019</b>	13,45 - 14,00	rozcvička	VC RUŽ - ŠOL,LEN,BAT,AND,RAČ,MAJ,ŠOG,FIA,PRA,GRI
<b>FR</b>	14,15 - 15,15	ĽAD	VC RUŽ - ŠOL,LEN,BAT,AND,RAČ,MAJ,ŠOG,FIA,PRA,GRI
	14,45 - 15,00	rozcvička	VC RUŽ-RUS,KOM,SOL,VAS,MAC,LEN,KOŽ,GLA,ČER,KUN
	15,15 - 16,15	ĽAD	VC RUŽ-RUS,KOM,SOL,VAS,MAC,LEN,KOŽ,GLA,ČER,KUN
<b>Štvrtok</b>	06,00 - 07,00	ĽAD	SOL,ŠOL,
<b>14.02.2019</b>	13,45 - 14,00	rozcvička	SOL,ŠOL,RUS
<b>BE</b>	14,15 - 15,00	ĽAD	SOL,ŠOL,RUS
	15,15 - 16,00	TANEC	RUS,RAČ,FIA,ŠOL,JUR,BAT,AND,LEN,HRE,KOŠ,PRA,BRU,BRU
	15,00 - 15,45	VTP	všetci
	16,00 - 16,45	TANEC	LEN,GLA,KOŽ,SCHW,SOL,VAS,MAC,MIK,KUN,ČER,GRI
	15,45 - 16,30	ĽAD	FE,FE,PA,ČE,KOM,KLO,PE
	16,45 - 17,30	TANEC	HAI,PA,ČE,RUS,KLO,KOM,GAS,GAS,PE,PE
	<b>16,45 - 17,30</b>	<b>PRÍPRAVKA</b>	
<b>Piatok</b>	14,00 - 14,30	rozcvička	VC RUŽ - ŠOL,LEN,BAT,AND,RAČ,MAJ,ŠOG,FIA,PRA,GRI
<b>15.02.2019</b>	14,45 - 15,30	ĽAD	VC RUŽ - ŠOL,LEN,BAT,AND,RAČ,MAJ,ŠOG,FIA,PRA,GRI
<b>LI</b>	15,00 - 15,15	rozcvička	VC RUŽ-RUS,KOM,SOL,VAS,MAC,LEN,KOŽ,PAŽ,GLA,ČER,KUN
	15,45 - 16,30	ĽAD	VC RUŽ-RUS,KOM,SOL,VAS,MAC,LEN,KOŽ,PAŽ,GLA,ČER,KUN
<b>Sobota</b>		X	<b>VC RUŽOMBERKA</b>
<b>16.02.2019</b>	X	X	X
<b>Nedeľa</b>		X	<b>VC RUŽOMBERKA</b>
<b>17.02.2019</b>	X	X	X