Tréningový plán 2013-14 - web

	pondelok		utorok		streda		štvrtok		piatok		sobota		nedeľa	
muži	Pos-Fitko		DŠ	18.00-19.30	Pos-Fitko		LF	19.00-20.30	DŠ-zápas					
	LF	19.00-20.30			LF	19.30-21.00								
muži B			Zapka	20.00-21.30			Zapka	20.00-21.30						
stdci	LF	17.45-19.00	Pos-Fitko	15.30-16.30	Zapka	18.30-20.00	LF	17.45-19.00	LF	18.00-19.30				
mldci	Zapka	17.00-18.30	Pos-Fitko	15.30-16.30	LF	18.00-19.30	LF	16.30-17.45	LF	16.30-18.00				
mldci B			Zapka	18.00-20.00										
stdky	LF	16.30-17.45	DŠ	16.30-18.00	Zapka	17.00-18.30	Gercenka	16.00-17.30	Zapka	16.30-18.00				
mldky	Zapka-pos	15.30-17.00	Zapka	16.30-18.00	DŠ	16.30-18.00			Zapka	16.30-18.00				
stžky A	Zapka-pos	15.30-17.00	Zapka	16.30-18.00	DŠ	16.30-18.00			DŠ-zápas					
stžky B									DŠ-zápas					
stžci	DŠ	15.30-17.00	DŠ	15.00-16.30			Zapka	17.00-18.30	DŠ-zápas		Zapka	9.00-10.30		
mlžci A	DŠ	15.30-17.00	Gercenka	16.30-18.00			Zapka	15.30-17.00	DŠ-zápas		Zapka	9.00-10.30		
mlžci B	Gercenka	15.00-16.30							DŠ-zápas					
mlžky	Gercenka	16.30-18.00			DŠ	16.30-18.00			DŠ-zápas					
OSTREDKY	**SEXTA, SEPTIMA, 2.A, 3.A, OKTÁVA**													
	Pos-Fitko	7.30-8.30	DŠ	7.30-9.00	Zapka-gymn	7.30-9.00	Pos-Fitko	7.30-8.30						
OSTREDKY	**PRIMA, SEKUNDA, TERCIA, KVINTA**													
	Zapka	7.30-9.00	Zapka	7.30-9.00			Zapka	7.30-9.00						
brankárske	Zapka mldi+mldy	18.30-20.00					Zapka žiaci	18.30-20.00						
krúžky	Gercenka	14.00-15.00	Zapka	15.30-16.30										
			Gercenka	14.00-15.00										
			Gercenka	15.00-16.00										
projekt														