



Kategorie: Junioři B	Mikrocycklus: ZO – 7.
Od: 15.10.2018	Do: 21.10.2018

Pondělí

17:00
17:10 – 18:10
18:30 – 19:30
19:30 – 20:30
22:00

15. října 2018

sraz – ČSOB Pojišťovna Arena
posilovna
led
regenerace
VEČERKA

Úterý

18:00
18:10 – 18:40
19:00 – 20:00
20:10 – 20:30
22:00

16. října 2018

sraz – ČSOB Pojišťovna Arena
zpracování
led
vyklusání + strečink
VEČERKA

Středa

6:00
6:05 – 6:15
6:30 – 7:15
7:35
18:00
18:10 – 19:10
19:30 – 20:30
22:00

17. října 2018

sraz – ČSOB Pojišťovna Arena
zpracování
led
uzamčení kabiny
sraz – ČSOB Pojišťovna Arena
posilovna
led
VEČERKA

Čtvrtek

17:45
17:55 – 18:40
19:00 – 20:00
20:10 – 20:30
20:45
22:00

18. října 2018

sraz – ČSOB Pojišťovna Arena
prehabilitace
led
vyklusání + strečink
uzamčení kabiny
VEČERKA

**Pátek**

16:45

17:15

18:15 – 18:45

19:05 – 19:15

19:15 – 19:30

19:30 – 21:45

23:00**19. října 2018**

sraz – ČSOB Pojišťovna Arena

odjezd

zpracování

porada

rozbruslení

SKUTEČ - DYNAMO B**VEČERKA****Sobota**

10:30

10:45 – 11:15

11:30 – 12:00

12:20 – 12:30

12:30 – 12:45

12:45 – 15:00

15:10 – 15:30

23:00**20. října 2018**

sraz – ČSOB Pojišťovna Arena

video

zpracování

porada

rozbruslení

DYNAMO B – CHOTĚBOŘ

vyklusání + strečink

VEČERKA**Neděle****22:00****21. října 2018**

volno

VEČERKA