



<b>Kategorie:</b> Junioři	<b>Mikrocycklus:</b> PZO – 5.
<b>Od:</b> 20.8.2018	<b>Do:</b> 26.8.2018

<b>Pondělí</b> 8:15 8:20 – 8:35 9:00 – 9:45 14:30 14:35 – 15:35 16:00 – 17:00 17:15 17:45 <b>22:00</b>	<b>20.srpen 2018</b> sraz – ČSOB Pojišťovna ARENA zapracování led sraz – ČSOB Pojišťovna ARENA posilovna led vyklusání, strečink uzamčení kabiny <b>VEČERKA</b>
<b>Úterý</b> 9:45 10:00 12:00 – 14:30 <b>22:00</b>	<b>21.srpen 2018</b> sraz – ČSOB Pojišťovna ARENA odjezd <b>H.Králové - Dynamo</b> <b>VEČERKA</b>
<b>Středa</b> 11:45 11:50 – 12:05 12:30 – 13:30 13:45 – 14:45 15:00 <b>22:00</b>	<b>22.srpen 2018</b> sraz – ČSOB Pojišťovna ARENA zapracování led prehabilitace uzamčení kabiny <b>VEČERKA</b>
<b>Čtvrtek</b> 9:45 10:00 13:00 – 15:30 <b>22:00</b>	<b>23.srpen 2018</b> sraz – ČSOB Pojišťovna ARENA odjezd <b>M.Boleslav - Dynamo</b> <b>VEČERKA</b>



<b>Pátek</b> 12:00 12:05 – 12:20 12:45 – 13:45 14:00 – 15:00 15:05 – 16:00 <b>22:00</b>	<b>24.srpen 2018</b> sraz – ČSOB Pojišťovna ARENA zapracování led posilovna regenerace <b>VEČERKA</b>
<b>Sobota</b> 9:00 – 11:00 <b>23:00</b>	<b>25.srpen 2018</b> Individuální trénink(50min) <b>VEČERKA</b>
<b>Neděle</b>  <b>22:00</b>	<b>26.srpen 2018</b> VOLNO <b>VEČERKA</b>