Tréningový plán 25.11.-1.12.2024

	pondelok	25.11.	utorok	26.11.	streda	27.11.	štvrtok	28.11.	piatok	29.11.	sobota	30.11.	nedeľa	1.12.
muži	DŠ-hala	19.30-21.00	DŠ-hala	19.00-20.30	DŠ-pos DŠ-hala	18.00-18.30 18.30-19.30	DŠ-hala	18.00-19.30	DŠ-video DŠ-hala	17.30-18.00 18.00-19.30	**Záhoráci**	**18.00**		
BHA														
ženy	Zapka-pos	15.30-18.30	Zapka	18.00-19.30			DŠ-hala	16.30-18.00						
stdci	Ostredky-posilka	17.00-18.00	DŠ-hala	17.45-19.00	DŠ-výbeh DŠ-hala	16.30-17.30 17.30-18.30	LF-hala	16.30-18.00	Zapka-pos Zapka-výbeh	15.30-16.30 16.30-17.30				
mldci	Ostredky-posilka	16.00-17.00	DŠ-hala	16.30-17.45	DŠ-výbeh DŠ-hala	16.30-17.30 17.30-18.30	LF-hala	16.30-18.00	Zapka-pos Zapka-výbeh	15.30-16.30 16.30-17.30				
mldci B														
stdky	DŠ-hala	18.00-19.30	Ostredky-výbeh+posilka	16.30-18.00	DŠ-hala	16.00-17.30	DŠ-hala	16.30-18.00	Zapka	16.45-18.15			**DŠ-Ma/Roh**	**10.45**
mldky	DŠ-hala	16.45-18.15	Ostredky-výbeh+posilka	16.00-17.30	DŠ-hala	16.00-17.30	DŠ-hala	15.00-16.30	Zapka	16.45-18.15			**DŠ-Ma/Roh**	**9.00**
stžky 2010	DŠ-pos	16.45-17.30	DŠ-hala	15.00-16.30			DŠ-hala	15.00-16.30	**Ma/Roh**	**17.15**				
stžky 2011	DŠ-pos	16.45-17.30	DŠ-hala	15.00-16.30			Romanova	15.30-17.00	**Stup B**	**16.00**				
mlžky	Zapka	17.15-18.30			**DŠ-Stup A**	**15.30**			**Ma/Roh A**	**15.15**				
mlžky PB					**DŠ-Stup B**	**14.45**			**Ma/Roh B**	**16.15**				
príprav D	Zapka	16.30-17.30	**Modra-BKZH**	**8.30-14.00**										
predpr D	Zapka	15.30-16.30	**Modra-BKZH**	**8.30-14.00**										
stžci	DŠ-hala	16.00-17.00	Romanova	16.30-18.00			Romanova	17.00-18.30	**Turnaj**	**Rožnov**	**Turnaj**	**Rožnov**	**Turnaj**	**Rožnov**
mlžci A	DŠ-hala	15.00-16.00	Romanova	15.00-16.30			Romanova	15.30-17.00	DŠ-hala	16.15-17.30				
mlžci C	DŠ-hala	15.00-16.00					**PK**	**17.30**	**DŠ-Stup A**	**15.30**				
mlžci B			**Modra-BKZH**	**8.30-14.00**			Zapka	16.30-18.00	DŠ-hala	16.15-17.30				
predpr CH			**Modra-BKZH**	**8.30-14.00**			Zapka	15.30-16.30						
Loptoškôlka							Zapka	15.30-16.30						
Projekt					**DŠ-mini 1.-2.; 3.-4.**	**9.00-12.00**								