Tréningový plán 31.3.-6.4.2025

	pondelok	31.3.	utorok	1.4.	streda	2.4.	štvrtok	3.4.	piatok	4.4.	sobota	5.4.	nedeľa	6.4.
muži	DŠ-hala	19.30-21.00	DŠ-hala	19.00-20.30	DŠ-hala	18.30-20.00	DŠ-hala	18.00-19.30	**DŠ-PB**	**18.30**				
BHA													**DŠ-PK**	**16.00**
ženy	DŠ-hala	18.00-19.30	Zapka	18.00-19.30			**Zlatná**	**18.00**						
stdci	Ostredky-posilka	17.00-18.00	DŠ-hala	17.30-19.00	DŠ-výbeh DŠ-hala	17.00-17.30 17.30-19.00	LF-hala	17.30-19.00	LF-hala	16.30-18.00			**DŠ-PO**	**12.00**
mldci	Ostredky-posilka	16.00-17.00	DŠ-hala	16.30-18.00	DŠ-výbeh DŠ-hala	17.00-17.30 17.30-19.00	LF-hala	16.30-18.00	LF-hala	16.30-18.00			**DŠ-PO**	**14.00**
mldci B														
stdky	DŠ-hala	18.00-19.30	Ostredky-výbeh+posilka	16.30-18.00	DŠ-hala	16.00-17.30	**Zlatná**	**18.00**	DŠ-hala	15.45-17.15	**MI**	**16.00**		
mldky	DŠ-hala	18.00-19.30	Ostredky-výbeh+posilka	16.00-17.30	DŠ-hala	16.00-17.30	DŠ-hala	16.00-18.00	DŠ-hala	15.45-17.15	**MI**	**14.00**		
stžky A	**Stupava**	**16.30**	Ostredky-výbeh+posilka	16.00-17.30			DŠ-hala	16.00-18.00						
stžky B	Zapka	17.30-18.45	DŠ-hala	15.00-16.30	DŠ-hala	15.00-16.30			**DŠ-Stup**	**15.00**				
mlžky	Zapka	17.30-18.45	DŠ-hala	15.00-16.30	DŠ-hala	15.00-16.30	DŠ-hala	15.00-16.30						
mlžky PB			Bieloruská	15.30-17.00			Bieloruská	15.30-17.00						
príprav D	Zapka	16.00-17.30			Zapka	16.00-17.30	DŠ-hala	15.00-16.30						
predpr D	Zapka	16.00-17.30			Zapka	16.00-17.30								
stžci	DŠ-hala	16.30-18.00	Romanova	16.30-18.00	Zapka	17.30-19.00	Romanova	17.00-18.30	**Stup B**	**15.30**				
mlžci A	DŠ-hala	15.00-16.30	Romanova	15.00-16.30			Romanova	15.30-17.00						
mlžci C														
mlžci B			Zapka	16.30-18.00										
predpr CH			Zapka	15.30-16.30			Zapka	15.30-16.30						
Loptoškôlka			Zapka	15.30-16.30			Zapka	15.30-16.30						
Projekt														