** TÝDENNÍ PLÁN 2018/2019**

|  |  |
| --- | --- |
| **KATEGORIE:** | **MŽB** |
| **TÝDENNÍ MIKROCYKLUS:** | **PZO 2** |
| **TERMÍN:** | **6.8. – 12.6. 2018** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DEN** | **DATUM** | **KDY** | **ROZCVIČKA** | **SUCHÁ** | **ZAMĚŘENÍ** |  |  **LED/ZÁPAS** | **ZAMĚŘENÍ** | **REGENERACE** |
| **PO** |  | dopoledne | 6:50 – 7:00 |  |  |  | 7:30 – 8:30 | * Bruslení
* Stanoviště.
 |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **ÚT** |  | dopoledne | 6:50 – 7:00 |  |  |  | 7:30 – 8:30 | * Stanoviště
* Hra
 |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **ST** |  | dopoledne |  |  |  |  |  | * .
 |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **ČT** |  | dopoledne | 6:50 – 7:00 |  |  |  | 7:30 – 8:30 | * Rovn.iI nerov.sit.
* Hra
 |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **PÁ** |  | dopoledne | 6:50 – 7:00 |  |  |  | 7:30 – 8:30 | * Rychlost
* Hčj
 |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **SO** |  | dopoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **NE** |  | dopoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |

Poznámka: