** TÝDENNÍ PLÁN 2018/2019**

|  |  |
| --- | --- |
| **KATEGORIE:** | **MŽB** |
| **TÝDENNÍ MIKROCYKLUS:** | **ZO 26** |
| **TERMÍN:** | **4.3. – 10.3. 2019** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DEN** | **DATUM** | **KDY** | **ROZCVIČKA** | **SUCHÁ** | **ZAMĚŘENÍ** |  |  **LED/ZÁPAS** | **ZAMĚŘENÍ** | **KOMPENZACE** |
| **PO** |  | dopoledne |  | 14:25 | Žebřík |  | 15:00 | Hčj, BRUSLENÍ, hra |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **ÚT** |  | dopoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **ST** |  | dopoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| odpoledne |  | 14:50 | Úpolová cvičení, agility,obratnost |  |  |  |  |
| **ČT** |  | dopoledne |  |  |  |  | 7:00 | Hčj, hra |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **PÁ** |  | dopoledne |  |  |  |  | 13:00 | Rychlost, rovnovážné siuace |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **SO** |  | dopoledne |  |  |  |  | 11:15 | Motor ČB – Loko Veselí |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| **NE** |  | dopoledne |  |  |  |  |  |  |  |
| odpoledne |  |  |  |  |  |  |  |

Poznámka: Sraz vždy hodinu před zápasem.