**TÝDENNÍ PLÁN 2020/2021**

|  |  |
| --- | --- |
| **KATEGORIE:** | **SŽB** |
| **TÝDENNÍ MIKROCYKLUS:** | **PO5** |
| **TERMÍN:** | **8.6. – 14.6. 2020** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DEN** | **DATUM** | **KDY** | **ROZCVIČKA** | **SUCHÁ** | **ZAMĚŘENÍ** |  | **TRENÉR** | | **LED/ZÁPAS** | **ZAMĚŘENÍ** | | **KOMPENZACE** |
| **PO** | 8.6. | dopoledne |  | 9:00-10:30 | Rychlost  Hra | | Vylíčil |  | |  |  | |
| odpoledne |  |  |  | |  |  | |  |  | |
| **ÚT** | 9.6. | dopoledne |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| odpoledne |  | 12:30-13:30 | Síla |  | Vylíčil  Červený | |  |  | |  |
| **ST** | 10.6. | dopoledne |  | 9:00-10:30 | Obratnost  Core  Hra | | Vylíčil |  | |  |  | |
| odpoledne |  |  |  | |  |  | |  |  | |
| **ČT** | 11.6. | dopoledne |  | 7:30-8:00 | Stickhandling |  | Vylíčil | | 8:30-9:30 | Bruslení  Vedení kotouče  Hra | | 9:45-10:15 |
| odpoledne |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| **PÁ** | 12.6. | dopoledne | Volno | | | | | | | | | |
| odpoledne | Volno | | | | | | | | | |
| **SO** | 13.6. | dopoledne | Volno | | | | | | | | | |
| odpoledne | Volno | | | | | | | | | |
| **NE** | 14.6. | dopoledne | Volno | | | | | | | | | |
| odpoledne | Volno | | | | | | | | | |