

### Tréninkový plán

Den	Místo	Čas	Náplň	Jiné	Poznámky
Po	2.3	15:00 TD	R-	2:00	
			D-		
			O- CI - sprinty cca 2'		
			V-		
Út	3.3	10:00 TD 14:00 Kačák	R-	1:30	
			D- Sk - technika, obratnost - Upřesnim zda bude trénink nebo ind		
			O- Sk - štafety, hry	2:00	
			V-		
St	4.3		R-		
			D-		
			O-		
			V-		
Čt	5.3	15:00 TD	R-	1:30	Jablonec
			D-		
			O- Trénink Jablonec + test lyží		
			V-		
Pá	6.3	cca 7:15	R-	1:30	MČR Jablonec
			D- Sk - prolog		
			O-		
			V-		
So	7.3	cca 7:15	R-	1:30	MČR Jablonec
			D- CI - stíhačka		
			O-		
			V-		
Ne	8.3	cca 7:15	R-	1:30	MČR Jablonec
			D- Sk - štafeta		
			O-		
			V-		
Březen		D/F - 6/7		11:30	Martin