

### Tréninkový plán

Den	Místo	Čas	Náplň	Jiné	Poznámky
Po	16.3		R-		
			D-		
			O-		
			V-		
Út	17.3	15:45 TD	R-		
			D-		
			O- Sk - sprinty, obratnost	1:30	Benecko
			V-		
St	18.3	14:00 TD	R-		
			D-		
			O- CI - tempový trénink na tratích	2:00	Harrachov
			V-		
Čt	19.3	15:45 TD	R-		
			D-		
			O- CI - projetí, hry	1:30	Benecko
			V-		
Pá	20.3	14:00 TD	R-		
			D-		
			O- CI - trénink Harrachov + test lyží	1:30	Harrachov
			V-		
So	21.3	časy upřesním	R-		<b>Harrachov</b>
			D- Klasika interval	1:00	MČR Dospělí - 9:00
			O-		dorost 13:00
			V-		
Ne	22.3		R-		<b>Harrachov</b>
			D- team sprint volně	1:00	MČR Dospělí - 9:00
			O-		dorost 13:00
			V-		
Březen		D/F - 6/6		8:30	Martin