

Tréninkový plán

Den		Místo	Čas	Náplň	Jiné	Poznámky
Po	23.3		R-			
			D-			
			O-			
			V-			
Út	24.3	ind	R-		0:45	
			D-			
			O-	vyklusání 30-45'		
			V-			
St	25.3	14:00 TD	R-		2:00	
			D-			
			O-	Sk - výlet, obratnost		
			V-			
Čt	26.3		R-			
			D-			
			O-			
			V-			
Pá	27.3	14:30 TD	R-		1:30	
			D-			
			O-	Bohemia tour Mísečky - obratnost volně		
			V-			
So	28.3	8:30 TD	R-		1:30	
			D-	Bohemia tour Mísečky - obrácené tratě volně		
			O-			
			V-			
Ne	29.3	8:00 TD	R-		1:30	
			D-	Bohemia tour Mísečky - klasika hromadně		
			O-	MČR dospělých - Hančův memoriál		
			V-			
Březen			D/F - 5/5		7:15	Martin