

Den	Místo		Čas	Náplň	Jiné	Poznámky
Po	1.8	9:00 T.D.	R-		2:00	
			D-	Atletika - obratnost, rychlost, starty, abc, hra		
			O-			
			V-			
Út	2.8	9:00 T.D.	R-		1:30	
			D-	Běh - opak. 5-8x1km výklus, protažení		
			O-			
			V-			
St	3.8	9:00 T.D.	R-		2:00	
			D-	Kolce - SK - silový trénink		
			O-			
			V-			
Čt	4.8	9:00 T.D.	R-		2:00	
			D-	Běh - imitace + gumy		
			O-			
			V-			
Pá	5.8	9:00 T.D.	R-		2:00	
			D-	Kolce - SK - měřený výjezd Rezek + technika		
			O-			
			V-			
So	6.8	ind.	R-		1:30	
			D-	Kolo 90°		
			O-			
			V-			
Ne	7.8		R-			
			D-			
			O-			
			V-			
Cyklus: V - Týden: 2			D/F - 6/6		11:00	Martin