



TÝDENNÍ PLÁN

Trenér: Pavlík Zdeněk, Řivnáč Jan, Urválek Jaroslav

Týdenní plán č. 25.

Období : závodní

Datum: 07.02.

Kategorie : MŽ

Den Datum	Čas	Sraz místo	Stručný obsah náplně	Poznámky
Pondělí 11.2.	14.25 14.45-16.00	ZS Pardubice ZS Chrudim ZS Chrudim	VTM 2008 sraz Trénink 2007	Pavlík, Postupa, Pavliš, Řehožek, Urválek, Vaško Chalupník
Úterý 12.2.	14.20 14.45-16.00 13.45 14.15-15.15	ZS Chrudim ZS Chrudim ZS Pardubice ZS Pardubice	sraz, rozcvička individuálně Trénink 2008 sraz Trénink 2008	200x přeskok švihadlo Sedlák, Dvořák Š., Vašíčková, Hron, Poláček
Středa 13.2.	16:30-17:30	ZS Chrudim ZS Chrudim	Sraz dle plánu 2007 na webu HC Trénink MŽ 07, viz.plán 2007	MŽ: Dvořák P+Š, Hron, Poláček, Sedlák, Řivnáč, Vašíčková
Čtvrtek 14.2.	16:25 16:30 17:15-18:15	ZS Chrudim ZS Chrudim ZS Chrudim	sraz Rozcvička + Suchá příprava Trénink MŽ 08	hěj
Pátek 15.2.	14.35 14.40 15.30-16.30	ZS Chrudim ZS Chrudim ZS Chrudim	sraz Rozcvička + Suchá příprava Trénink MŽ 08	HČJ, hra
Sobota 16.2.	13.00 14.15 15.00-17.00	ZS Chrudim ZS M.Třebová ZS M.Třebová	odjezd autobusu rozcvička mistrovské utkání	
Neděle 17.2.			volno	



TÝDENNÍ PLÁN

Trenér: Pavlík Zdeněk, Řivnáč Jan, Urválek Jaroslav

Týdenní plán č. 26.

Období : závodní

Datum: 14.02.2018

Kategorie : MŽ

Den Datum	Čas	Sraz místo	Stručný obsah náplně	Poznámky
Pondělí 18.2.	14.25 14.45-16.00	ZS Chrudim ZS Chrudim	sraz Trénink 2007	Chalupník, Postupa, Pavliš, Řehožek, Urválek, Vaško
Úterý 19.2.	14.20 14.45-16.00 13.45 14.15-15.15	ZS Chrudim ZS Chrudim ZS Pardubice ZS Pardubice	sraz, rozcvička individuálně Trénink 2008 sraz Trénink 2008	200x přeskok švihadlo Postupa, Pavliš, Řehožek, Urválek, Vaško
Středa 20.2.	16:30-17:30	ZS Chrudim ZS Chrudim	Sraz dle plánu 2007 na webu HC Trénink MŽ 07, viz.plán 2007	MŽ: Dvořák P+Š, Hron, Sedlák, Vašičková
Čtvrtek 21.2.	16:25 16:30 17:15-18:15	ZS Chrudim ZS Chrudim ZS Chrudim	sraz Rozcvička + Suchá příprava Trénink MŽ 08	hěj
Pátek 22.2.	14.35 14.40 15.30-16.30 16:45-17:15	ZS Chrudim ZS Chrudim ZS Chrudim KB Chrudim	sraz Rozcvička + Suchá příprava Trénink MŽ 08	HČJ, hra
Sobota 23.2.			volno	
Neděle 24.2.	8:10 9:00-11:00	ZS Hlinsko ZS Hlinsko	sraz mistrovské utkání	