

2024 ČERVENEC

DOROST



pondělí	úterý	středa	čtvrtek	pátek	sobota	neděle
01	02	03	04	05	06	07
Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán
08	09	10	11	12	13	14
Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán
15	16	17	18	19	20	21
Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán	Individuální tréninkový plán
22	23	24	25	26	27	28
12:45 sraz 13:00 rozcvička 13:45 - 15:30 LED	12:30 sraz 12:45 rozcvička 13:30 - 15:15 LED	6:00 sraz 7:00 - 8:15 LED 13:15 sraz 14:15 - 15:15 led	7:15 sraz 7:30 rozcvička 8:15 - 10:30 LED	VOLNO		
29	30	31	01	02	03	04
14:00 sraz 14:15 rozcvička 15:00 - 16:15 led	6:45 sraz 7:45 - 8:45 LED 14:15 sraz 15:15 - 16:00 LED					