

TRÉNINKOVÝ PLÁN NA ŘÍJEN 2019
ZDRAVÉ AMBICE

Kontakt na Radka 734 233 214

RESPEKT

POCTA – První Osobní Cyklistická Talentová Akademie

	DEN	ČAS TJ nebo závodu	KDE	NÁPLŇ - TJ	ADRESA
1	út	14:30-15:30/16:00-18:00 hod	Jesenice/ Břežany	KOLO	K Rybníku800/U Náměstí 707
2	st	16:00-17:00 hod	Zelený pruh	plavání	Zelený pruh 1294
3	čt	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Jesenice /Břežany	KOLO	K Rybníku800/U Náměstí 707
4	pá	13:30-15:30 / 16:15-17:15 hod	Jílové / Břežany	pohybovky/DL	Hřiště / U Náměstí 707
5	so	VOLNO			
6	ne	Dle kategorie	Prah - Višňovka	závody	
7	po	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Písnice /Břežany	KOLO	ZŠ Coňka /U Náměstí 707
8	út	14:30-15:30/16:00-18:00 hod	Jesenice/ Břežany	KOLO	K Rybníku800/U Náměstí 707
9	st	16:00-17:00 hod	Zelený pruh	plavání	Zelený pruh 1294
10	čt	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Jesenice /Břežany	KOLO	K Rybníku800/U Náměstí 707
11	pá	13:30-15:30 / 16:15-17:15 hod	Jílové / Břežany	pohybovky/DL	Hřiště / U Náměstí 707
12	so	VOLNO			
13	ne	VOLNO			
14	po	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Písnice /Břežany	KOLO	ZŠ Coňka /U Náměstí 707
15	út	14:30-15:30/16:00-18:00 hod	Jesenice/ Břežany	KOLO	K Rybníku800/U Náměstí 707
16	st	16:00-17:00 hod	Zelený pruh	plavání	Zelený pruh 1294
17	čt	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Jesenice /Břežany	KOLO	K Rybníku800/U Náměstí 707
18	pá	13:30-15:30 / 16:15-17:15 hod	Jílové / Břežany	pohybovky/DL	Hřiště / U Náměstí 707
19	so	VOLNO			
20	ne	VOLNO			
21	po	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Písnice /Břežany	KOLO	ZŠ Coňka /U Náměstí 707
22	út	14:30-15:30/16:00-18:00 hod	Jesenice/ Břežany	KOLO	K Rybníku800/U Náměstí 707
23	st	16:00-17:00 hod	Zelený pruh	plavání	Zelený pruh 1294
24	čt	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Jesenice /Břežany	KOLO	K Rybníku800/U Náměstí 707
25	pá	13:30-15:30 / 16:15-17:15 hod	Jílové / Břežany	pohybovky/DL	Hřiště / U Náměstí 707
26	so	VOLNO			
27	ne	VOLNO			
28	po	STÁTNÍ SVÁTEK			
29	út	VOLNO			
30	st	16:00-17:00 hod	Zelený pruh	plavání	Zelený pruh 1294
31	čt	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Jesenice /Břežany	KOLO	K Rybníku800/U Náměstí 707
1	pá	13:30-15:30 / 16:15-17:15 hod	Jílové / Břežany	pohybovky/DL	Hřiště / U Náměstí 707

Začínají nám závody a tak připomínáme ZDRAVÉ AMBICE - RESPEKT jako loni.. Servis kol : Nákupní 1462 Jesenice 606 039 889

V AKADEMII CHCEME POUZE RODIČE CO MAJÍ ZDRAVÉ AMBICE - JDE O SPORTOVNÍ ZÁBAVU