

# TRÉNINKOVÝ PLÁN NA LEDEN 2020

**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	ST	NOVÝ ROK 2020			
2	ČT	VOLNO			
3	PÁ	VOLNO			
4	SO	VOLNO			
5	NE	VOLNO			
6	PO	15:00-16:00 / 16:30 - 18:30 hod	Písnice	pohybovky/DL	Na Okruhu 395/1
7	ÚT	14:30-15:30/16:00-18:00 hod	Jesenice/ Písnice	pohybovky	K Rybníku800/Na Okruhu 395
8	ST	16:00-17:00 hod	Zelený pruh	plavání	Zelený pruh 1294
9	ČT	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Jesenice /Libuš	pohybovky	K Rybníku800/Meteorologická 181
10	PÁ	13:30-15:30 / 16:00-17:00 hod	Jílové / Písnice	pohybovky/DL	Hřiště / Na Okruhu 395/1
11	SO	VOLNO			
12	NE	VOLNO			
13	PO	15:00-16:00 / 16:30 - 18:30 hod	Písnice	pohybovky/DL	Na Okruhu 395/1
14	ÚT	14:30-15:30/16:00-18:00 hod	Jesenice/ Písnice	pohybovky	K Rybníku800/Na Okruhu 395
15	ST	16:00-17:00 hod	Zelený pruh	plavání	Zelený pruh 1294
16	ČT	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Jesenice /Libuš	pohybovky	K Rybníku800/Meteorologická 181
17	PÁ	13:30-15:30 / 16:00-17:00 hod	Jílové / Písnice	pohybovky/DL	Hřiště / Na Okruhu 395/1
18	SO	VOLNO			
19	NE	VOLNO			
20	PO	15:00-16:00 / 16:30 - 18:30 hod	Písnice	pohybovky/DL	Na Okruhu 395/1
21	ÚT	14:30-15:30/16:00-18:00 hod	Jesenice/ Písnice	pohybovky	K Rybníku800/Na Okruhu 395
22	ST	16:00-17:00 hod	Zelený pruh	plavání	Zelený pruh 1294
23	ČT	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Jesenice /Libuš	pohybovky	K Rybníku800/Meteorologická 181
24	PÁ	13:30-15:30 / 16:00-17:00 hod	Jílové / Písnice	pohybovky/DL	Hřiště / Na Okruhu 395/1
25	SO	VOLNO			
26	NE	VOLNO			
27	PO	15:00-16:00 / 16:30 - 18:30 hod	Písnice	pohybovky/DL	Na Okruhu 395/1
28	ÚT	14:30-15:30/16:00-18:00 hod	Jesenice/ Písnice	pohybovky	K Rybníku800/Na Okruhu 395
29	ST	16:00-17:00 hod	Zelený pruh	plavání	Zelený pruh 1294
30	ČT	15:00-16:00 / 16:30 - 17:30 hod	Jesenice /Libuš	pohybovky	K Rybníku800/Meteorologická 181
31	PÁ	13:30-15:30 / 16:00-17:00 hod	Jílové / Písnice	pohybovky/DL	Hřiště / Na Okruhu 395/1
1	SO	VOLNO			

Odvoz dětí na TJ dle dohody - 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