

# TĚLOCVIČNY A BAZÉN NA ZIMNÍ OBDOBÍ 2022 / 2023

Každý člen v akademii si může přijít do tělocvičny - bazénu na kolo jak bude potřebovat

DEN	TRÉNINK	KLUB JUNIOR LIBUŠ	KLUB METEO	KLUB ZDIMĚŘICE	KLUB BŘEŽANY	KLUB JESENICE	KLUB ZELENÝ PRUH	KLUB JIŽNÍ MĚSTO	KLUB JÍLOVÉ
PONDĚLÍ	TĚLOCVIČNA	15:00 - 16:00 hod			16:30 - 17:30 hod				
ÚTERÝ	TĚLOCVIČNA - KOLO	15:30 - 16:30 hod				14:00 - 15:00 hod			
STŘEDA	KOLO - BAZÉN						16:00 - 17:00 hod	14:00 - 15:00 hod	
ČTVRTEK	TĚLOCVIČNA		16:30 - 18:00 hod	16:00 - 17:00 hod		14:30 - 15:30 hod			
PÁTEK	TĚLOCVIČNA	16:00 - 17:00 hod							13:30 - 15:30 hod



## INFORMACE NA TRÉNINKY

NA TRÉNINKY DO TĚLOCVIČNY : KLUBOVÉ TRIKO, BOTY, PONOŽKY, TRENKY

NA KOLO : ČELOVKA/SVĚTLO, KOLO, HELMU, OBLEČENÍ DLE POČASÍ, BOTY/TRETRY

DO BAZÉNU NA PLAVÁNÍ : PLAVKY, RUČNÍK, PANTOFLE, ŠAMPÓN, BRÝLE, ČEPICE, TRIKO, ŽUPAN, DOBROU NÁLADU NA VŠECHNY TRÉNINKY

KAŽDÝ SI NA TRÉNINKU VOLÍ ZÁTĚŽ PODLE SEBE. ZDRAVÉ AMBICE MAJÍ U NÁS PŘEDNOST PŘED HONĚNÍM ZA VÝSLEDKY A BODY

PRO TY CO MOHOU NA TRÉNINK V ÚTERÝ OD 17:30 - 18:30 hod máme ještě zajištěnou tělocvičnu