

# Plavecké tréninky PKHK Letní prázdniny 2020



rozvrh platí od 1. 7. 2020

## ZÁVODNÍ A KONDIČNÍ PLAVÁNÍ

<b>Družstvo A+</b>	Pondělí	10 - 12 hod.	15 - 17 hod.*	
	Úterý	10 - 12 hod.		17 - 18 hod. suchý trénink
	Středa	10 - 12 hod.	15 - 17 hod.	
	Čtvrtek	10 - 12 hod.		
	Pátek	10 - 12 hod.		
<b>Družstvo A</b>	Pondělí	10 - 11 hod.	15 - 17 hod.*	
	Úterý		16 - 17 hod.	17 - 18 hod. suchý trénink
	Středa	10 - 11 hod.	15 - 17 hod.	
	Čtvrtek		15 - 17 hod.	
	Pátek	10 - 11 hod.		
<b>Družstvo B</b>	Pondělí	11 - 12 hod.	15 - 16 hod.	
	Úterý		15 - 17 hod.	17 - 18 hod. suchý trénink
	Středa	11 - 12 hod.	17 - 18 hod.	
	Čtvrtek	11 - 12 hod.	15 - 16 hod.	
	Pátek	10 - 11 hod.		
<b>Družstvo C1, C2</b>	Pondělí		16 - 18 hod.	
	Úterý		17 - 18 hod.	18 - 19 hod. suchý trénink
	Středa		17 - 18 hod.	
	Čtvrtek		17 - 18 hod.	
<b>Družstvo E</b>	Pondělí		16 - 17 hod.	
	Úterý	10 - 11 hod.		18 - 19 hod. suchý trénink
	Středa		17 - 18 hod.	
	Čtvrtek	10 - 11 hod.		

tréninky nejsou v týdnu 24. - 28. 8. (soustředění)

**\*nově upravený čas tréninku z července aktuálně platný až do 23. 8. 2020**

## PŘÍPRAVKA

<b>Družstvo D1 a D2</b>	Pondělí		16 - 17 hod.
	Úterý	11 - 12 hod.	
	Středa		16 - 17 hod.
	Čtvrtek		16 - 17 hod.
	Pátek	11 - 12 hod.	

tréninky nejsou v týdnech: 27. - 31. 7. a 24. - 28. 8. (soustředění)