

TRÉNINGOVÝ PLÁN - OSA 1
(ročníky 2019 - 2018)

FEBRUÁR 2026

Termíny: 01.02.2026 - 28.02.2026

Hl. Tréner: Škrovanová Zuzana, Tel.: +421 907 142 504

Tréneri: Belasová Veronika

DEŇ	DÁTUM	ČAS	MIESTO	ADRESA	NÁPLŇ	TRÉNERI
Nedeľa	01.02.					
Pondelok	02.02.	17:00 - 18:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Odrazová sila	Zuzka/Veronika
Utorok	03.02.					
Streda	04.02.					
Štvrtok	05.02.	17:30 - 18:30	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Reakčná rýchlosť	Zuzka/Veronika
Piatok	06.02.					
Sobota	07.02.					
Nedeľa	08.02.					
Pondelok	09.02.	17:00 - 18:00	ŠPORTOVÁ HALA	Nová Dubnica	Lopty a hry	Zuzka/Veronika
Utorok	10.02.					
Streda	11.02.					
Štvrtok	12.02.	17:30 - 18:30	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Sila-kruháčik	Zuzka/Veronika
Piatok	13.02.					
Sobota	14.02.					
Nedeľa	15.02.					
Pondelok	16.02.	17:00 - 18:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Kompenzácie a hry	Zuzka/Veronika
Utorok	17.02.					
Streda	18.02.					
Štvrtok	19.02.	17:30 - 18:30	ŠPORTOVÁ HALA	Nová Dubnica	SÚŤAŽE A HRY	SPOLOČNÝ TRÉNING
Piatok	20.02.					
Sobota	21.02.					
Nedeľa	22.02.					
Pondelok	23.02.	JARNÉ PRÁZDNINY				
Utorok	24.02.					
Streda	25.02.					
Štvrtok	26.02.					
Piatok	27.02.					
Sobota	28.02.					

VYSVETLIVKY:

TEXT

..... Prázdniny / Sviatok / Voľno

TEXT

..... Víkendový tréning

TEXT

..... Spoločný tréning OSA 1 / OSA 2 / OSA 3 / OSA 4

TEXT

..... Preteky OSA CHALLENGE

TEXT

..... Tréning OSA FAMILY - všetky deti spolu s rodičmi a priateľmi OSA SPORT ACADEMY

TEXT

..... Podujatie OSA SPORT EVENTS Pre verejnosť