

Termíny: 01.01.2019 - 31.01.2019

Hl. Tréner: Gazdík Adrián, Tel.: +421 903 567 810

Tréneri: Kováčiková Zuzana, Blanárová Simona, Ďanovská Veronika

DEŇ	DÁTUM	ČAS	MIESTO	ADRESA	NÁPLŇ	TRÉNERI	
Utorok	01.01.	VIANOČNÉ PRÁZDNINY					
Streda	02.01.						
Štvrtok	03.01.						
Piatok	04.01.						
Sobota	05.01.						
Nedeľa	06.01.						
Pondelok	07.01.						
Utorok	08.01.	15:30 - 16:30	Telocvičňa ZŠ	ZŠ Na dolinách 27, TN	Posilňovanie - KT	Andy / Zuzka	
Streda	09.01.						
Štvrtok	10.01.						
Piatok	11.01.	17:00 - 18:00	Telocvičňa ZŠ	ZŠ Na dolinách 27, TN	Silová vytrvalosť	Simča / Veronika	
Sobota	12.01.						
Nedeľa	13.01.						
Pondelok	14.01.						
Utorok	15.01.	15:30 - 16:30	Telocvičňa ZŠ	ZŠ Na dolinách 27, TN	Posilňovanie hravo	Andy / Zuzka	
Streda	16.01.						
Štvrtok	17.01.						
Piatok	18.01.	17:00 - 18:00	Telocvičňa ZŠ	ZŠ Na dolinách 27, TN	Bežecká príprava	Simča / Veronika	
Sobota	19.01.						
Nedeľa	20.01.						
Pondelok	21.01.						
Utorok	22.01.	15:30 - 16:30	Telocvičňa ZŠ	ZŠ Na dolinách 27, TN	Lopty a koordinácia	Andy / Zuzka	
Streda	23.01.						
Štvrtok	24.01.						
Piatok	25.01.	17:00 - 18:00	Telocvičňa ZŠ	ZŠ Na dolinách 27, TN	Rozvoj rýchlosti	Simča / Veronika	
Sobota	26.01.						
Nedeľa	27.01.						
Pondelok	28.01.						
Utorok	29.01.	15:30 - 16:30	Telocvičňa ZŠ	ZŠ Na dolinách 27, TN	Kompenzačné cvičenia	Andy / Zuzka	
Streda	30.01.						
Štvrtok	31.01.	17:00 - 18:00	Športová hala	N. Dubnica	SÚŤAŽE A HRY	SPOLOČNÝ TRÉNING	

VYSVETLIVKY:

TEXT	Prázdniny / Sviatok / Voľno
TEXT	Víkendový tréning
TEXT	Spoločný tréning OSA 1 / OSA 2 / OSA 4
TEXT	Preteky OSA CHALLENGE
TEXT	Tréning OSA FAMILY - všetky deti spolu s rodičmi a priateľmi OSA SPORT ACADEMY