

TRÉNINGOVÝ PLÁN - OSA 3 / 4
(ročníky 2010 - 2013)

JÚN 2022

Termíny: **01.06.2022 - 30.06.2022**

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

Tréneri: **Samulová Tatiana, Gazdík Adrian**

DEŇ	DÁTUM	ČAS	MIESTO	ADRESA	NÁPLŇ	TRÉNERI
Streda	01.06.					
Štvrtok	02.06.	17:00 - 18:00	Atletický ovál MFK	MFK Nová Dubnica	Hry a súťaže MDD	Zuzka / Tatianka
Piatok	03.06.					
Sobota	04.06.					
Nedeľa	05.06.					
Pondelok	06.06.	17:00 - 18:00	Areál zdravia	N.Dubnica	Fartlekový beh	Zuzka / Tatianka
Utorok	07.06.					
Streda	08.06.					
Štvrtok	09.06.	17:00 - 18:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Rozvoj obratnosti	Rado / Ninka
Piatok	10.06.					
Sobota	11.06.					
Nedeľa	12.06.					
Pondelok	13.06.	17:00 - 18:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Rozvoj rýchlosti	Zuzka / Tatianka
Utorok	14.06.					
Streda	15.06.					
Štvrtok	16.06.	17:00 - 18:00	Atletický ovál MFK	MFK Nová Dubnica 	Nácvik CYKLOKRUIHY	Zuzka / Tatianka
Piatok	17.06.					
Sobota	18.06.	8:00 - ???	Penzión SLNIEČKO	Duchonka - Prašice	OSA FAMILY WEEKEND	OSA FAMILY
Nedeľa	19.06.	8:00 - 15:00				
Pondelok	20.06.	17:00 - 18:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica 	Nácvik CYKLOKRUIHY	Zuzka / Tatianka
Utorok	21.06.					
Streda	22.06.					
Štvrtok	23.06.	17:00 - 18:00	Atletický ovál MFK	MFK Nová Dubnica 	Nácvik CYKLOKRUIHY	Zuzka / Tatianka
Piatok	24.06.					
Sobota	25.06.	08:00 - 15:00	OSA CYKLOKRUIHY....2. koło OSA CHALLENGE 2022 			ALL
Nedeľa	26.06.					
Pondelok	27.06.	17:00 - 18:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Hry a kompenzácie	Zuzka / Tatianka
Utorok	28.06.					
Streda	29.06.					
Štvrtok	30.06.	17:00 - 20:00	DuTaF Centrum	Dubnica n/V	VYSVEDČENIA	ALL

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