

TRÉNINGOVÝ PLÁN - OSA 1
(ročníky 2019 - 2018)

JÚN 2024

Termíny: 01.06.2024 - 30.06.2024

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

Tréneri: Michaela Šimková

DEŇ	DÁTUM	ČAS	MIESTO	ADRESA	NÁPLŇ	TRÉNERI
Sobota	01.06.					
Nedeľa	02.06.					
Pondelok	03.06.					
Utorok	04.06.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Gymnastika	Andy / Miška
Streda	05.06.					
Štvrtok	06.06.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Rozvoj obratnosti	Andy / Miška
Piatok	07.06.					
Sobota	08.06.					
Nedeľa	09.06.					
Pondelok	10.06.					
Utorok	11.06.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Posilňovanie hravo	Andy / Miška
Streda	12.06.					
Štvrtok	13.06.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	 Cyklistické základy	Andy / Miška
Piatok	14.06.					
Sobota	15.06.					
Nedeľa	16.06.					
Pondelok	17.06.					
Utorok	18.06.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Lopty a loptičky	Andy / Miška
Streda	19.06.					
Štvrtok	20.06.	17:00 - 20:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	VYSVEDČENIE / GRILOVAČKA	ALL
Piatok	21.06.					
Sobota	22.06.					
Nedeľa	23.06.					
Pondelok	24.06.					
Utorok	25.06.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	 Cyklistické základy	Andy / Miška
Streda	26.06.					
Štvrtok	27.06.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Hry a súťaže	Andy / Miška
Piatok	28.06.					
Sobota	29.06.					
Nedeľa	30.06.					

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