

TRÉNINGOVÝ PLÁN - OSA 1
(ročníky 2020 - 2019)

DECEMBER 2024

Termíny: 01.12.2024 - 31.12.2024

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

Tréneri: Samulová Tatiana

DEŇ	DÁTUM	ČAS	MIESTO	ADRESA	NÁPLŇ	TRÉNERI
Nedeľa	01.12.					
Pondelok	02.12.					
Utorok	03.12.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Obratnosť	Zuzka / Tatianka
Streda	04.12.					
Štvrtok	05.12.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Mikulášske hry	Zuzka / Tatianka
Piatok	06.12.					
Sobota	07.12.					
Nedeľa	08.12.					
Pondelok	09.12.					
Utorok	10.12.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Základy gymnastiky	Zuzka / Tatianka
Streda	11.12.					
Štvrtok	12.12.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Lopty a loptičky	Zuzka / Tatianka
Piatok	13.12.					
Sobota	14.12.					
Nedeľa	15.12.					
Pondelok	16.12.					
Utorok	17.12.	16:00 - 17:00	OSA FAMILY GYM	Nová Dubnica	Kruháčik	Zuzka / Tatianka
Streda	18.12.					
Štvrtok	19.12.	17:30 - 18:30	Športová hala	Nová Dubnica	SÚŤAŽE S RODIČMI	OSA FAMILY
Piatok	20.12.					
Sobota	21.12.	09:00 - 10:00	Mestská plaváreň	Nová Dubnica	PLAHOČENIE S RODIČMI	OSA FAMILY
Nedeľa	22.12.					
Pondelok	23.12.					
Utorok	24.12.					
Streda	25.12.					
Štvrtok	26.12.					
Piatok	27.12.					
Sobota	28.12.					
Nedeľa	29.12.					
Pondelok	30.12.					
Utorok	31.12.					

VIANOČNÉ PRÁZDNINY

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