



Reprezentační soustředění

Kde: Pecínov, okr. Benešov

Kdy: 10.8.-14.8.



ČAS	PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK
8:00		trénink - atletika (překážky, kloboučky, intervaly...)	trénink - atletika (překážky, kloboučky, intervaly...)	trénink - atletika (překážky, kloboučky, intervaly...)	trénink - atletika (překážky, kloboučky, intervaly...)
9:00		snídaně	snídaně	snídaně	snídaně
10:00		trénink - kick	trénink - kick	trénink - kick	trénink - kick
11:00					
12:00		bazén	bazén	bazén	bazén
13:00	Příjezd a ubytování	oběd	oběd	oběd	oběd
14:00	volno	volno	volno	volno	odjezd
15:00	trénink - kick	trénink - kick	trénink - kick	trénink - kick	
16:00					
17:00	první večeře	první večeře	první večeře	první večeře	
18:00	volno	volno	volno	volno	
19:00	trénink - míčové hry	trénink - míčové hry	trénink - míčové hry	trénink - míčové hry	
20:00	večeře	večeře	večeře	večeře	

TRENÉŘI:

Martin Zavoral
Milan Dušek
Martin Viktorín st.
Vít Masopust
Zdeněk Sokol

nezapomeňte:
výstroj a oblečení na kickbox
boty na ven a na umělý povrch
plavky
oblečení na běhání

v případě otázek kontaktujte:
Martin Zavoral
tel: 777 557 723
mail. mzavoral@seznam.cz

Adam Pánek
Aleš Martínek
Andrea Farská
Bára Jurášová
Barbora Marešová
Daniel Sokol
František Potužák
Jakub Vetešník
Johanka Petříková
Ladislav Grundza
Luboš Vanka
Martin Hauser
Martin Viktorin ml.
Nikola Hammerová
Ondřej Puc
Petr Kšanda
Petr Zich
Radek Moravec
Taťána Jurčíčková
Tereza Martínková
Valentína Vacková
Veronika Kohutová
Veronika Svobodová
Viktor Beran