

TRÉNINKOVÝ PLÁN 1.HFK OLOMOUC

Aktualizováno 15.1.2018

3.		DST	DMLA	DMLB	ŽSTA	ŽSTB	ŽMLA	ŽMLB	PRONÁJEM UMT
		U19 - roč. 1999/00	U17 - roč. 2001	U16 - roč. 2002	U15 - roč. 2003	U14 - roč. 2004	U13 - roč. 2005	U12 - roč. 2006	
15.1.	PO		16:15-17:45 těl.ZŠ Holečkova	16:30-18:00 UMT		17:00-18:30 těl.SZTŠ	19:00-20:00 těl.ZŠ Holečkova		
16.1.	ÚT	16:30-18:00 UMT	16:00-17:30 UMT						
17.1.	ST	16:00-17:00 spinink		17:00-18:00 spinink		15:30-17:00 těl.SZTŠ		19:00-20:00 těl.ZŠ Holečkova	
18.1.	ČT		15:30-17:00 UMT		16:30-18:00 těl.ZŠ Zeyerova				
19.1.	PÁ	16:00-17:30 těl.ZŠ Zeyerova	15:00-16:30 UMT	17:00-18:30 těl.ZŠ Kosmonautů		16:30-17:30 UMT	16:00-17:30 těl.ZŠ Holečkova	17:30-19:00 těl.ZŠ Holečkova	
20.1.	SO								
21.1.	NE								

Den		Muži "A"		Muži "B"	Přípr. st. A.	Přípr. st. B.	Přípr. Ml. A.	Přípr. Ml. B.	Předpřípr.	PRONÁJEM UMT
		dopoledne	odpoledne	U21	roč. 2007	roč. 2008	roč. 2009	roč. 2010	roč.2011/12	
15.1.	PO		17:30-19:00 UMT	17:30-19:00 UMT	16:30-18:00 těl. Práslavice	17:30-19:00 těl.Kožušany	17:30-19:00 těl.ZŠ Holice	16:00-18:00 těl.ZŠ Rožňavská		
16.1.	ÚT		17:30-19:00 UMT	17:30-19:00 UMT						
17.1.	ST		17:00-19:00 Hala Sigma	17:30-19:00 UMT	16:30-18:00 UMT				17:30-19:00 těl.Gym. J. z P.	
18.1.	ČT		17:30-19:00 UMT	17:30-19:00 UMT						
19.1.	PÁ		17:30-19:30 Sigma U18 - A+B	17:30-19:30 Sigma U18 - A+B		17:30-19:00 těl.Kožušany	18:15-19:45 těl. Gym. J.z P.	16 :45-18:15 těl. Gym. J.z P.		
20.1.	SO				14:30-16:30 PU U11 - U10	14:30-16:30 PU U11 - U10	Halový turnaj Šternberk			
21.1.	NE									

!!! Konec tréninků v Holici 30.11.2017 !!! !!! Začátek tréninků v Holici 16.1.2018 !!! !!! Sezóna a tréninky v zimě pokračují v hale dle plánů trenérů jednotlivých kategorií !!!

POZOR !!! V PÁTEK SI TŘENĚŘI NAFASUJÍ DRESY OD SPRÁVCOVÉ, POKUD HRAJÍ O VÍKENDU VENKU !!! POZOR

Stadion 1.HFK Olomouc - Holice, Staškova 28:

Hřiště č. 1 - hlavní, zápasová, tréninková travnatá plocha

Hřiště č. 2 - vedlejší, zápasová, tréninková travnatá plocha

Hřiště TTP - tréninková travnatá plocha

Hřiště UMT - umělá, zápasová, tréninková plocha

!!! Přísný zákaz vstupu do posilovny bez doprovodu trenéra a ve znečištěné obuvi !!!

!!! Žádáme trenéry, aby dodržovali přesně stanovené tréninkové termíny, časy a plochy !!!

!!! Ve státní svátky se netrénuje !!!