



**Mikrocycklus závodního období**  
Týden 25.12. - 31.12.2017

**Trenér:** Luštinec Petr      **Kategorie:** MD  
**Asistent:** Štohanzl Martin      **Sezóna:** 2017/18

Čas / místo	
<b>PO</b>	
	volno
<b>25.12.</b>	
<b>ÚT</b>	
	volno
<b>26.12.</b>	
<b>ST</b>	12.15 hod. Sraz
	12.30 – 13.30 hod. Suchá příprava
	14.00 – 14.45 hod. Led
	15.00 – 16.15 hod. Led
<b>27.12.</b>	
<b>ČT</b>	Turnaj v Hradci Králové
	7.30 hod. Sraz
<b>28.12.</b>	
<b>PÁ</b>	Turnaj v Hradci Králové
	8.30 hod. Sraz
<b>29.12.</b>	
<b>SO</b>	
	volno
<b>30.12.</b>	
<b>NE</b>	
	volno
<b>31.12.</b>	

Dne: 14.12.2017

Obsah tréninkové jednotky a zaměření

Vypracoval: Luštinec Petr