Mikrocyklus závodního období	
Týden 28.8. - 3.9.2017	

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

	Čas / místo	Obsah tréninkové jednotky a zaměření
PO	Lékařské prohlídky – dle časového harmonogramu	
	15.15 hod. Sraz	
	15.30 – 16.30 hod. Suchá příprava	
	17.00 – 18.15 hod. Led	
28.8.	18.30 hod. - schůzka rodičů VIP místnost ZS	
ÚT	Přípravné utkání: HK – Slavia Praha 12.30 hod.	
	Sraz: 10.45 hod.	
29.8.		
ST	Lékařské prohlídky – dle časového harmonogramu	
	10.30 hod. Sraz	
	10.45 – 11.45 hod. Suchá příprava	
30.8.	12.15 – 13.15 hod. Led	
ČT	Lékařské prohlídky – dle časového harmonogramu	
	9.45 hod. Sraz	
	10.00 – 11.00 hod. Suchá příprava	
31.8.	11.30 – 12.45 hod. Led	
PÁ	8.45 hod. Sraz	
	9.00 – 10.00 hod. Suchá příprava	
	10.30 – 11.45 hod. Led	
1.9.		
SO		
	individuální sportovní činnost	
2.9.		
NE	Přípravné utkání: HK – SD Nové Město 17.30 hod.	
	Sraz: 16.00 hod.	
3.9.		

Dne: 24.8.2017	Vypracoval: Luštinec Petr