Mikrocyklus závodního období	Trenér: Luštinec Petr	Kategorie: MD
Týden 2.10. - 8.10.2017	Asistent: Štohanzl Martin	Sezóna: 2017/18

	Čas / místo	Obsah tréninkové jednotky a zaměření
PO 2.10.	15.45 hod. Sraz	
	16.15 – 17.15 hod. Tělocvična	
	18.00 – 19.00 hod. Led	
ÚT 3.10.	6.00 hod. Sraz všichni + zapracování	
	6.30 – 7.15 hod. Obránci led + 7.30 – 8.15 hod. Judo	
	6.15 – 7.00 hod. Útočníci Judo + 7.30 – 8.15 Led	
	16.30 hod. Sraz	
	16.45 – 17.45 hod. Posilovna / ZS + 18.15 – 19.15 Led	
ST 4.10.	13.30 hod. Sraz + 14.00 – 14.45 Akademie	
	14.00 hod. Sraz + zapracování	
	14.45 – 16.00 hod. Led	
ČT 5.10.	Přípravné utkání HK – SD N.Město 17.30 hod.	
	Sraz: 16.15 hod.	
PÁ 6.10.	14.00 hod. Sraz + zapracování	
	14.45 – 16.00 hod. Led	
	16.15 – 17.15 hod. Posilovna	
SO 7.10.	Mistrovské utkání HK – H.Brod 12.00 hod.	
	Sraz : 10.15 hod.	
NE 8.10.		
	volno	

Dne: 27.9.2017	Vypracoval: Luštinec Petr