Mikrocyklus závodního období Týden 13.11. - 19.11.2017	Trenér: Luštinec Petr Asistent: Štohanzl Martin	Kategorie: MD Sezóna: 2017/18

	Čas / místo	Obsah tréninkové jednotky a zaměření
PO	15.45 hod. Sraz	
	16.15 – 17.15 hod. Tělocvična	
	18.00 – 19.00 hod. Led	
13.11.		
	Přípravné utkání: Khk – Vysočina / Hráči ročníku 2003 viz. Pozvánka /	
ÚT	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	
14.11.		
ST	14.15 hod. Sraz	
	15.00 – 16.00 hod. Led	
15.11.		
ČT	14.45 hod. Sraz + zapracování	
	15.30 – 16.30 hod. Led	
	16.45 – 17.45 hod. Suchá příprava	
16.11.		
PÁ	Mistrovské utkání: MHK – Žďár 12.00 hod.	
	Sraz: 10.15 hod.	
17.11.		
SO	Mistrovské utkání: Havlíčkův Brod – MHK 12.00 hod.	
	Sraz: 8.30 hod.	
	Odjezd: 8.45 hod.	
18.11.		
NE		
	volno	
19.11.		

Dne: 9.11.2017	Vypracoval: Luštinec Petr