Mikrocyklus závodního období

Týden 18.12. - 24.12.2017

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

	Čas / místo	Obsah tréninkové jednotky a zaměření
PO	Mistrovské utkání : Havířov – MHK 13.30 hod.	
	Sraz : 7.45 hod.	
	Odjezd : 8.00 hod.	
18.12.		
ÚT	6.00 hod. Sraz + zapracování	
	6.30 – 7.15 + 7.30 – 8.15 Led	
19.12.		
ST	14.30 hod. Sraz + zapracování	
	15.15 – 16.30 hod. Led	
20.12.		
ČT	Mistrovské utkání : MB – MHK 16.30 hod.	
	Sraz : 12.45 hod.	
	Odjezd : 13.00 hod.	
21.12.		
PÁ		
	volno	
22.12.		
SO		
	volno	
23.12.		
NE		
	volno	
24.12.		

Dne: 14.12.2017

Vypracoval: Luštinec Petr