Mikrocyklus závodního období	
Týden 1.1. - 7.1.2018	

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

	Čas / místo	Obsah tréninkové jednotky a zaměření
PO		
	volno	
1.1.		
ÚT	13.00 hod. Sraz	
	13.15 – 14.15 hod. Suchá příprava	
	14.45 – 16.00 hod. Led	
2.1.		
ST	13.45 hod. Sraz	
	14.15 – 15.00 hod. Led Akademie	
	14.15 hod. Sraz + zapracování	
	15.00 – 16.15 hod. Led	
3.1.	16.30 – 17.30 hod. Suchá příprava	
ČT	15.30 hod. Sraz	
	15.45 – 16.45 hod. Suchá příprava	
	17.15 – 18.15 hod. Led	
4.1.		
PÁ	14.15 hod. Sraz + zapracování	
	15.00 – 16.15 hod. Led	
5.1.		
SO	Mistrovské utkání : MHK - Vítkovice 15.30 hod.	
	Sraz : 13.45 hod.	
6.1.		
NE	VTM ročník 2003 – turnaj Zlínský kraj	
	Sraz : ?	
	Odjezd : ?	
7.1.		
	Ročník 2002 – volno	

Dne: 22.12.2017	Vypracoval: Luštinec Petr