

Regionálne centrum Lučenec

Mikrociklus od 1. 7. 2018

Pondelok	Utorok	Streda	Štvrtok	Piatok	Sobota	Nedeľa
6,30-8,00	6,30-8,00	6,30-8,00	6,30-8,00		Indiv. tréning	Indiv. tréning
15,30-18,00	15,30-18,00-	15,30-18,00-	15,30-18,00-	15,30-18,00-	Indiv. tréning	Indiv. tréning
			Kondičný tréning		Regenerácia /bazén	Regenerácia /bazén

Zodpovedný tréner: Jaroslav Adámek, trénerska licencia B, stk@stklucenec.sk, 0918959183

Sparing: Perháčová Zuzana, Barkáč Milan, Péter Juraj, Péter Niklas, Brablec Michal

Miesto tréningu: ZŠ Vajanského Lučenec , 5 stolov

Možnosť stravy + ubytovanie: Hotel Pelikán, Vajanského 2928/13, 98401 Lučenec,

+421 47 43 30 871, +421 911 819 687, cena 12,50 eur 2 posteľová izba

Individuálny tréning: sobota/nedeľa po dohode 10 eur

