

Týždenný plán kondičiek počas halovej sezóny 2021/2022

(kondičky v pondelok - štvrtok vedie trénerka P. Mráziková, v piatok T. Máčalová)

Čas	Pondelok	Utorok	Streda	Štvrtok	Piatok
6,00-6,30					
6,30-7,00		Grolmus 1+2			
7,00-7,30					
7,30-8,00					
8,00-8,30					
8,30-9,00					
13,00-13,30					
13,30-14,00					
14,00-14,30					
14,30-15,00	Belanec				
15,00-15,30				Belanec + Brown + Zelenayová	
15,30-16,00	Grolmus 1	Brown	Grolmus 1		
16,00-16,30					Grolmus 1+2
16,30-17,00		Belanec (16,45 - 17,45)			
17,00-17,30	Grolmus 2		Grolmus 2	Belanec + Brown	Zelenayová 2
17,30-18,00					
18,00-18,30					
18,30-19,00					