

# Týdenní mikrocyklus

<b>Kategorie : JR</b>	<b>Mikrocyklus : ZO - 21</b>
<b>Od : 21.1.2019</b>	<b>Do : 27.1.2019</b>
<b>Pondělí : 21.1.2019</b>	
19:00 - 20:15	Speciál, obránci
<b>Úterý : 22.1.2019</b>	
18:15	sraz
18:30 - 19:05	posilovna
19:30 - 20:30	led
20:45 - 21:00	výklus
<b>Středa : 23.1.2019</b>	
17:10	sraz
17:15 - 17:45	posilovna
18:15 - 19:15	led
19:30 - 19:45	výklus
<b>Čtvrtek : 24.1.2019</b>	
18:45	sraz
18:55 - 19:25	posilovna
19:45 - 20:45	led
21:00 - 21:15	výklus
<b>Pátek : 25.1.2019</b>	
17:45	sraz
18:00 - 18:30	porada, rozcvičení
19:30 - 21:30	utkáni Kolín - Jindřichův Hradec
21:45	výklus
<b>Sobota : 26.1.2019</b>	
	volno
<b>Neděle : 27.1.2019</b>	
8:45	sraz
9:00 - 9:30	porada, rozcvičení
10:30 - 12:30	utkáni Kolín - České Budějovice
12:45	výklus