

# FK Jaroměř - Tréninkový Plán - Jaro 2022

Mužstvo	Pondělí							Úterý							Středa							Čtvrtek							Pátek						
	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00
	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30
Mini hřiště ÚMT	Starší žáci							MINI příprava														MINI příprava													
Mini hřiště 30x15																													MINI příprava						
Hřiště "B"	Mladší příprava							Mladší dorost							Mladší příprava							Mladší dorost			Muži A		Starší žáci		Starší dorost						
Hřiště "B"	Starší příprava							Mladší žáci							Mladší žáci							Starší příprava													
Hřiště "A"															Starší žáci							Mladší příprava				Mladší dorost			Muži A						
Hřiště "A"								Muži A							Starší příprava				Starší dorost						Mladší žáci										

MUŽI A	MUŽI B	STARŠÍ DOROST	MLADŠÍ DOROST	STARŠÍ ŽÁCI	MLADŠÍ ŽÁCI	STARŠÍ PŘÍPRAVKA	MLADŠÍ PŘÍPRAVKA	MINI PŘÍPRAVKA
--------	--------	---------------	---------------	-------------	-------------	------------------	------------------	----------------

Družstvo	Čas
MINI PŘÍPRAVKA (2015 a ml.)	ÚT, ČT, PÁ: 17:00 - 18:30
MLADŠÍ PŘÍPRAVKA (2013-2014)	PO, ST, ČT: 16:00 - 17:30
STARŠÍ PŘÍPRAVKA (2011-2012)	PO, ST, PÁ: 16:30 - 18:00
MLADŠÍ ŽÁCI (2009-2010)	ÚT, ST, PÁ: 16:30 - 18:00
STARŠÍ ŽÁCI (2007-2008)	PO, ST, PÁ: 16:30 - 18:00
MLADŠÍ DOROST (2005-2006)	ÚT, ČT, PÁ: 16:30 - 18:00
STARŠÍ DOROST (2003-2004)	ST, PÁ: 18:00 - 19:30
MUŽI A	ÚT, ČT, PÁ: 18:00 - 19:30

Každé družstvo má min. jeden trénink na hlavním hřišti, jeden až dva tréninky na tréninkovém, případě dalších hřištích - ÚMT, nebo MINI

V PŘÍPADĚ TRÉNOVÁNÍ NA HLAVNÍM HŘIŠTI STAVĚT PŘENOSNÉ BRANKY AŽ K ZÁBRADLÍ, ABY BYL BRANKÁŘ MIMO HRACÍ PLOCHU.

**NA HLAVNÍM HŘIŠTI BEZ RYCHLOSTNÍCH CVIČENÍ A DRILŮ**

Sledujte počasí, v případě deštivého počasí nechodit na spodní část hlavního hřiště