

## Zaktualizowany harmonogram treningów

Obowiązuje od 23 sierpnia 2017 r.

| Plan treningów od 23 sierpnia 2017 r. do 31 października 2017 r. – grupa A |          |             |                 |   |                     |                                   |
|--|----------|-------------|-----------------|---|---------------------|-----------------------------------|
| Dzień tyg.   | Trener   |             | Miejsce zbiórki | Miejsce zajęć   | MŁODZIK (2004-2003) | JUNIOR MŁODSZY JUNIOR (1998-2002) |
| Pn   | --       | Dzień wolny | --              | --  | --                  |                                   |
| Wt   | --       | Dzień wolny | --              | --  | --                  |                                   |
| Śr   | J.Pytlak | Szosa       | MKS SP2         | Drogi powiatu polkowickiego                             | 17:00 – 19:00       |                                   |
| Cz   | J.Pytlak | Szosa       | MKS SP2         | Drogi powiatu polkowickiego                             | 16:30 – 18:00       |                                   |
| Pt   | J.Pytlak | Szosa       | MKS SP2         | Drogi powiatu polkowickiego                             | 17:00 – 18:30       |                                   |
| So   | J.Pytlak | MTB         | MKS SP2         | Ścieżka zdrowia - Polkowice/Drogi powiatu polkowickiego | 11:00 – 13:00       |                                   |
| N  | --       | Dzień wolny | --              | --  | --                  |                                   |

| Plan treningów od 23 sierpnia 2017 r. do 31 października 2017 r. – grupa B |          |             |                 |   |                          |                 |                     |                                    |
|--|----------|-------------|-----------------|---|--------------------------|-----------------|---------------------|------------------------------------|
| Dzień tyg.   | Trener   |             | Miejsce zbiórki | Miejsce zajęć   | SZKRABY (2007 i młodszy) | ŻAK (2006-2005) | MŁODZIK (2004-2003) | JUNIOR MŁODSZY/ JUNIOR (1998-2002) |
| Pn   | J.Pytlak | MTB         | MKS SP2         | Ścieżka zdrowia - Polkowice/Drogi powiatu polkowickiego | 15:30 – 16:30            | 16:30 – 18:00   |                     |                                    |
| Wt   | --       | Dzień wolny | --              | --  | --                       |                 |                     |                                    |
| Śr   | J.Pytlak | MTB         | MKS SP2         | Ścieżka zdrowia - Polkowice/Drogi powiatu polkowickiego | --                       | 16:00 – 17:00   |                     |                                    |
| Cz   | --       | Dzień wolny | --              | --  | --                       |                 |                     |                                    |
| Pt   | J.Pytlak | MTB         | MKS SP2         | Ścieżka zdrowia - Polkowice/Drogi powiatu polkowickiego | --                       | 16:00 – 17:00   |                     |                                    |
| So   | J.Pytlak | MTB         | MKS SP2         | Ścieżka zdrowia - Polkowice/Drogi powiatu polkowickiego | 10:00 – 11:00            | 11:00 – 12:00   |                     |                                    |
| N  | --       | Dzień wolny | --              | --  | --                       |                 |                     |                                    |

| Plan treningów od 1 listopada 2017 r. do 31 grudnia 2017 r. – grupa A |          |                   |                 |   |                     |                                   |
|---|----------|-------------------|-----------------|---|---------------------|-----------------------------------|
| Dzień tyg.  | Trener   |                   | Miejsce zbiórki | Miejsce zajęć   | MŁODZIK (2004-2003) | JUNIOR MŁODSZY JUNIOR (1998-2002) |
| Pn  | --       | Dzień wolny       | --              | --  | --                  | --                                |
| Wt  | --       | Dzień wolny       | --              | --  | --                  | --                                |
| Śr  | J.Pytlak | Sala gimnastyczna | GIM 1           | Sala gimnastyczna                                       | 17:00 – 18:30       |                                   |
| Cz  | J.Pytlak | Siłownia          | GIM 1           | Sala fitness  | 16:30 – 18:30       |                                   |
| Pt  | J.Pytlak | Basen             | Aquapark        | Basen sportowy Aquapark                                 | 18:45 – 20:15       |                                   |
| So  | J.Pytlak | MTB               | MKS SP2         | Ścieżka zdrowia - Polkowice/Drogi powiatu polkowickiego | 11:00 – 13:00       |                                   |
| N   | --       | Dzień wolny       | --              | --  | --                  | --                                |

| Plan treningów od 1 listopada 2017 r. do 31 grudnia 2017 r. – grupa B |          |                   |                 |   |                          |                 |                     |                                    |
|---|----------|-------------------|-----------------|---|--------------------------|-----------------|---------------------|------------------------------------|
| Dzień tyg.  | Trener   |                   | Miejsce zbiórki | Miejsce zajęć   | SZKRABY (2007 i młodszy) | ŻAK (2006-2005) | MŁODZIK (2004-2003) | JUNIOR MŁODSZY/ JUNIOR (1998-2002) |
| Pn  | J.Pytlak | Sala gimnastyczna | GIM 1           | Sala gimnastyczna                                       | --                       |                 | 15:30 – 17:00       |                                    |
| Wt  | --       | Dzień wolny       | --              | --  | --                       |                 | --                  |                                    |
| Śr  | --       | Dzień wolny       | --              | --  | --                       |                 | --                  |                                    |
| Cz  | --       | Dzień wolny       | --              | --  | --                       |                 | --                  |                                    |
| Pt  | J.Pytlak | Sala gimnastyczna | GIM 1           | Sala gimnastyczna                                       | --                       |                 | 17:30 – 18:30       |                                    |
| So  | J.Pytlak | MTB               | MKS SP2         | Ścieżka zdrowia - Polkowice/Drogi powiatu polkowickiego | 10:00 – 11:00            |                 | 11:00 – 12:00       |                                    |
| N   | --       | Dzień wolny       | --              | --  | --                       |                 | --                  |                                    |

Zajęcia treningowe nie odbędą się następujących dniach:

- 1 i 11 listopada
- 25 i 26 grudnia

Zajęcia treningowe grupy A i B nie odbędą się terminach zaplanowanych wyścigów kolarskich.