

## Harmonogram zajęć treningowych.

Obowiązuje od 9 stycznia 2017 r.

Plan treningów od 9 stycznia 2017 r. do 31 marca 2017 r. – grupa A						
Dzień tyg.	Trener		Miejsce zbiórki	Miejsce zajęć	MŁODZIK (2004-2003)	JUNIOR MŁODSZY JUNIOR (1998-2002)
Pn		Dzień wolny	--	--	--	--
Wt	E.Niemiec	Marszobieg	PGKiM	Stadion lekkoatletyczny/Ścieżka zdrowia - Polkowice	16:30 – 18:00	
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 9 stycznia 2017 r. do 31 marca 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	--	--			--	

Plan treningów od 1 kwietnia 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	J.Pytlak	Szosa	MKS SP2	Drogi powiatu polkowickiego	16:30 – 18:00	
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 1 kwietnia 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	15:00 – 16:00		16:00 – 17:30	
Wt	--	Dzień wolny	--	--	--	--	--	--
Śr	J.Pytlak	MTB	--	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	E.Niemiec	Marszobieg	PGKiM	Stadion lekkoatletyczny/Ścieżka zdrowia - Polkowice	16:30 – 18:00	
Śr	J.Pytlak	Sala gimnastyczna	GIM 1	Sala gimnastyczna	17:00 – 18:30	
Cz	J.Pytlak	Silownia	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:

- od 14 do 17 kwietnia
- od 1 do 3 maja
- 15 czerwca
- od 24 lipca do 6 sierpnia (przerwa urlopową)
- 15 sierpnia
- 1 i 11 listopada
- 25 i 26 grudnia

Zajęcia treningowe grupy A i B nie odbędą się w okresie od 3 do 8 lipca z powodu wyjazdu trenera z zawodnikami na obóz sportowy do Świeradowa Zdrój oraz w terminach zaplanowanych wyścigów kolarskich.