

Zaktualizowany harmonogram treningów w 2019 roku szkoły kolarskiej MKS Polkowice w ramach zadania:

**„Upowszechnianie i rozwój aktywności fizycznej dzieci i młodzieży z terenu gminy Polkowice  
do ukończenia 23 roku życia poprzez zorganizowane uprawianie sportu i udział  
we współzawodnictwie sportowym w dyscyplinie kolarstwo”**

Plan treningów od 2 września do 31 października 2019 r.					
Dzień tyg.	Trener		Miejsce zbiórki	Miejsce zajęć	Grupa początkująca (rocznik 2009-2007)
Pn	--	Dzień wolny	--	--	--
Wt	--	Dzień wolny	--	--	--
Śr	J. Pytlak / K. Mikinik	MTB	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	16:00 – 17:00
Cz	--	Dzień wolny	--	--	--
Pt	J. Pytlak / K. Mikinik	MTB	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	16:00 – 17:00
So	J. Pytlak / K. Mikinik	MTB	MKS SP2	Ścieżka zdrowia	10:00 – 11:00
N	--	Dzień wolny	--	--	--

Plan treningów od 2 września do 31 października 2019 r.					
Dzień tyg.	Trener		Miejsce zbiórki	Miejsce zajęć	Grupa zaawansowana (rocznik 2006-1998)
Pn	J. Pytlak	Szosa/MTB	MKS SP2	Drogi powiatu polkowickiego/Ścieżka Zdrowia	16:00 – 18:30
Wt	J. Pytlak	Szosa/MTB	MKS SP2	Drogi powiatu polkowickiego/Ścieżka Zdrowia	16:30 – 18:00
Śr	J. Pytlak	Szosa/MTB	MKS SP2	Drogi powiatu polkowickiego/Ścieżka Zdrowia	17:00 – 18:30
Cz	J. Pytlak	Szosa/MTB	MKS SP2	Drogi powiatu polkowickiego/Ścieżka Zdrowia	16:30 – 18:00
Pt	J. Pytlak	Szosa/MTB	MKS SP2	Drogi powiatu polkowickiego/Ścieżka Zdrowia	17:00 – 18:30
So	J. Pytlak	Szosa/MTB	MKS SP2	Drogi powiatu polkowickiego/Ścieżka Zdrowia	11:00 – 13:00
Nd	--	Dzień wolny	--	--	--

Plan treningów od 1 listopada do 21 grudnia 2019 r.					
Dzień tyg.	Trener		Miejsce zbiórki	Miejsce zajęć	Grupa początkująca (rocznik 2009-2007)
Pn	--	Dzień wolny	--	--	--
Wt	--	Dzień wolny	--	--	--
Śr	J. Pytlak / K. Mikińnik	Marszobieg	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	16:00 - 17:00
Cz	--	Dzień wolny	--	--	--
Pt	--	Dzień wolny	--	--	--
So	J. Pytlak / K. Mikińnik	MTB/marszobieg	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	10:00 – 11:00
N	--	Dzień wolny	--	--	--

Plan treningów od 1 listopada do 21 grudnia 2019 r.					
Dzień tyg.	Trener		Miejsce zbiórki	Miejsce zajęć	Grupa zaawansowana (rocznik 2006-1998)
Pn	J. Pytlak / K. Mikińnik	Sala gimnastyczna	SP3	Mała sala gimnastyczna	17:00 – 18:30
Wt	J. Pytlak / K. Mikińnik	Silownia	Sala fitness SP3	Sala fitness	16:30 – 18:00
Śr	--	Dzień wolny	--	--	--
Cz	J. Pytlak / K. Mikińnik	Silownia	Sala fitness SP3	Sala fitness	16:30 - 18:30
Pt	J. Pytlak / K. Mikińnik	Basen	Aquapark	Basen	16:30 – 18:00
So	J. Pytlak / K. Mikińnik	MTB	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	11:00 – 13:00
N	--	Dzień wolny	--	--	--

Zajęcia treningowe nie odbędą się w następujących dniach:

- od 1 do 2 listopada (przerwa świąteczna)
- 11 listopada (święto)
- od 23 do 31 grudnia (przerwa świąteczna).

Zajęcia treningowe w poszczególnych grupach nie odbędą się z powodu nieobecności trenera/ów, w terminach zaplanowanych wyścigów kolarskich, w których będą sprawować oni opiekę nad zawodnikami.

Z przyczyn niezależnych od klubu terminy i miejsce prowadzonych zajęć mogą ulec zmianie.