

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 1 lutego do 31 marca 2019 r.					
Dzień tyg.	Trener		Miejsce zbiórki	Miejsce zajęć	Grupa początkująca (rocznik 2009-2007)
Pn	--	Dzień wolny	--	--	--
Wt	--	Dzień wolny	--	--	--
Śr	J. Pytlak	Marszobieg	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	16:00 - 17:00
Cz	--	Dzień wolny	--	--	--
Pt	--	Dzień wolny	--	--	--
So	J. Pytlak	MTB/marszobieg	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	10:00 – 11:00
N	--	Dzień wolny	--	--	--

Plan treningów od 1 lutego do 31 marca 2019 r.					
Dzień tyg.	Trener		Miejsce zbiórki	Miejsce zajęć	Grupa zaawansowana (rocznik 2006-1998)
Pn	J. Pytlak	Sala gimnastyczna	SP3	Mala sala gimnastyczna	17:00 – 18:30
Wt	J. Pytlak	Silownia	Sala fitness SP3	Sala fitness	16:30 - 18:00
Śr	J. Pytlak	Basen	Aquapark	Basen	17:30 – 19:00
Cz	J. Pytlak	Silownia	Sala fitness SP3	Sala fitness	16:30 - 18:30
Pt	J. Pytlak	Basen	Aquapark	Basen	16:30 – 18:00
So	J. Pytlak	MTB	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	11:00 – 13:00
N	--	Dzień wolny	--	--	--

Plan treningów od 1 kwietnia do 31 października 2019 r.					
Dzień tyg.	Trener		Miejsce zbiórki	Miejsce zajęć	Grupa początkująca (rocznik 2009-2007)
Pn	J. Pytlak / K. Mikińnik	MTB	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	15:30 – 16:30
Wt	--	Dzień wolny	--	--	--
Śr	--	Dzień wolny	--	--	--
Cz	--	Dzień wolny	--	--	--
Pt	--	Dzień wolny	--	--	--
So	J. Pytlak / K. Mikińnik	MTB	MKS SP2	Ścieżka zdrowia	10:00 – 11:00
N	--	Dzień wolny	--	--	--

Plan treningów od 1 kwietnia do 31 października 2019 r.					
Dzień tyg.	Trener		Miejsce zbiórki	Miejsce zajęć	Grupa średniozaawansowana (rocznik 2006-2004)
Pn	J. Pytlak / K. Mikińnik	MTB	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	16:30 – 18:00
Wt	--	Dzień wolny	--	--	--
Śr	J. Pytlak / K. Mikińnik	MTB	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	15:30 – 16:30
Cz	--	Dzień wolny	--	--	--
Pt	J. Pytlak / K. Mikińnik	MTB	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	15:30 – 16:30
So	--	Dzień wolny	--	--	--
N	--	Dzień wolny	--	--	--

Plan treningów od 1 kwietnia do 31 października 2019 r.					
Dzień tyg.	Trener		Miejsce zbiórki	Miejsce zajęć	Grupa zaawansowana (rocznik 2006-1998)
Pn	--	Dzień wolny	--	--	--
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	16:30 – 18:00
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	16:30 – 18:00
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. Mikinik	Marszobieg	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	16:00 - 17:00
Cz	--	Dzień wolny	--	--	--
Pt	--	Dzień wolny	--	--	--
So	J. Pytlak / K. Mikinik	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. Mikinik	Sala gimnastyczna	SP3	Mała sala gimnastyczna	17:00 – 18:30
Wt	J. Pytlak / K. Mikinik	Siłownia	Sala fitness SP3	Sala fitness	16:30 – 18:00
Śr	--	Dzień wolny	--	--	--
Cz	J. Pytlak / K. Mikinik	Siłownia	Sala fitness SP3	Sala fitness	16:30 - 18:30
Pt	J. Pytlak / K. Mikinik	Basen	Aquapark	Basen	16:30 – 18:00
So	J. Pytlak / K. Mikinik	MTB	MKS SP2	Ścieżka Zdrowia	11:00 – 13:00
N	--	Dzień wolny	--	--	--

Zajęcia treningowe nie odbędą się w następujących dniach:

- od 1 do 2 lutego (przerwa urlopową)
- od 19 do 22 kwietnia (przerwa świąteczna)
- od 1 do 4 maja (długi weekend majowy)
- 20 czerwca (święto)
- od 22 do 27 lipca i od 5 do 7 sierpnia (przerwa urlopową)
- 15 sierpnia (święto)
- 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 oraz w czasie letniego obozu sportowego.

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