

## **mladší žáci „B“ – trenink květen – červen 2011**

	<b>5.třída</b>	<b>poznámka</b>
<b>pondělí</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	
<b>úterý</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	<i>tělocvična</i>
<b>středa</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	
<b>čtvrtek</b>	<b>VOLNO</b>	
<b>pátek</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	

### Co s sebou ( nebo v kabině )

- sportovní ( běžeckou ) obuv na ven
- sportovní obuv do tělocvičny
- tričko, mikinu, šusťákovou bundu
- kraťasy ( v případě chladného počasí a venkovního tréninku šusťáky )
- švihadlo
- pití

čepice proti sluníčku ( popř. i brýle proti sluníčku )

## **mladší žáci „A“ – trenink květen – červen 2011**

	<b>6.třída</b>	<b>poznámka</b>
<b>pondělí</b>	<b>13:15 – 14:45</b>	
<b>úterý</b>	<b>15:30 – 17:00</b>	
<b>středa</b>	<b>15:30 – 17:00</b>	<i>tělocvična</i>
<b>čtvrtek</b>	<b>VOLNO</b>	
<b>pátek</b>	<b>12:30 – 14:00</b>	

### Co s sebou ( nebo v kabině )

- sportovní ( běžeckou ) obuv na ven
- sportovní obuv do tělocvičny
- tričko, mikinu, šusťákovou bundu
- kraťasy ( v případě chladného počasí a venkovního tréninku šusťáky )
- švihadlo
- pití

čepice proti sluníčku ( popř. i brýle proti sluníčku )

## **starší žáci „B“ – trenink květen – červen 2011**

	<b>7.třída</b>	<b>poznámka</b>
<b>pondělí</b>	<b>13:30 – 15:00</b>	
<b>úterý</b>	<b>7:00 – 8:45</b>	<i>tělocvična</i>
<b>středa</b>	<b>14:00 – 15:30</b>	
<b>čtvrtek</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	
<b>pátek</b>	<b>14:30 – 15:00</b>	

### Co s sebou ( nebo v kabině )

- sportovní ( běžeckou ) obuv na ven
- sportovní obuv do tělocvičny
- tričko, mikinu, šusťákovou bundu
- kraťasy ( v případě chladného počasí a venkovního tréninku šusťáky )
- švihadlo
- pití

čepice proti sluníčku ( popř. i brýle proti sluníčku )

## **starší žáci „A“ – trenink květen – červen 2011**

	<b>8.třída</b>	<b>poznámka</b>
<b>pondělí</b>	<b>8:00 – 9:30</b>	<b>tělocvična</b>
<b>úterý</b>	<b>14:30 – 16:15</b>	
<b>středa</b>	<b>14:00 – 15:30</b>	
<b>čtvrtek</b>	<b>14:00 – 15:45</b>	
<b>pátek</b>	<b>14:00 – 15:30</b>	

### Co s sebou ( nebo v kabině )

- sportovní ( běžeckou ) obuv na ven
- sportovní obuv do tělocvičny
- tričko, mikinu, šusťákovou bundu
- kraťasy ( v případě chladného počasí a venkovního tréninku šusťáky )
- švihadlo
- pití

čepice proti sluníčku ( popř. i brýle proti sluníčku )

## **mladší dorost – trenink květen – červen 2011**

	MD	poznámka
<b>pondělí</b>	<b>14:30 – 16:30</b>	
<b>úterý</b>	<b>14:30 – 16:30</b>	
<b>středa</b>	<b>8:00 – 9:30</b>	
<b>čtvrtek</b>	<b>9:05 – 10:35</b>	<i>malá tělocvična 5 ZŠ</i>
<b>pátek</b>	<b>14:30 – 16:30</b>	

### Co s sebou ( nebo v kabině )

- sportovní ( běžeckou ) obuv na ven
- sportovní obuv do tělocvičny
- tričko, mikinu, šusťákovou bundu
- kraťasy ( v případě chladného počasí a venkovního tréninku šusťáky )
- švihadlo
- pití

čepice proti sluníčku ( popř. i brýle proti sluníčku )