



TJ Jiskra Havlíčkův Brod oddíl atletiky

TÝDENNÍ ROZPIS TRÉNINKŮ OD 1.11.2023 zimní období (listopad - prosinec)

Kontakt: atletika.hb@seznam.cz Tel.+420 734 307 844 (Mgr.Jakub Fridrich - šéftrenér AO) FB: Atletika Havlíčkův Brod

KATEGORIE / SKUPINA	PO	ÚT	ST	ČT	PÁ	SO/NE
MiniPřípravky (2014-mladší) kontaktní trenér MD, JR			16:00 - 17:00 V Sadech		17:00 - 18:00 Wolkerova (MD)	
St. Přípravka skupina 1 17:00, skupina 2 18:00 (2012-2013) kontaktní trenér SB, ŠA			17:00 - 19:00 V Sadech (SB, ŠA)		18:00 - 19:00 Wolkerova (SB)	
Ml.Žáci (2010-2011) kontaktní trenér JF, KD, PF	17:00 - 18:00 Wolkerova	16:00 - 17:00 stadion		17:00 - 18:00 V Sadech		samostatný výběh
SŽ, D, J (2009-starší) - rozdělení dle specializace kontaktní trenér SK, JF, JD	18:00 - 19:30 Wolkerova	17:00 - 18:30 běh (stadion)	individuální tréninky	18:00 - 19:30 V Sadech/park		samostatný výběh
D,J běh kontakt TT	18:00 - 19:00 V Sadech	17:00 - 18:30 stadion		17:00 - 18:30 stadion		
Oštěpaři/vrhači kontaktní trenér JD	16:00 - 17:30 oštěp (stadion)	?17:00 - 18:30? koule/disk (stadion)	stadion	18:00 - 19:30 V Sadech/park		samostatný výběh
Kondiční běh 15-99let s kvalifikovaným trenérem JB		17:00 - 18:30 stadion		17:00 - 18:30 stadion		

VYSVĚTLIVKY A KONTAKTY:

Kontakty trenéři žactvo, dorost, dospělí:

JF = Jakub Fridrich, tel.734307844

JD = Jiří Doucha, tel.731705394

SK = Slavomír Koreček, tel.721685743

PF = Pavla Fridrichová, tel.604275066

JB = Jirka Brychta, tel.724102581

Kontakty trenérky přípravky:

SB = Simona Beránková, tel.723734142

ŠA = Šárka Aubrechtová

MD = Martina Douchová, tel.605890624

JR = Jana Remarová, tel.723133268

