**Září 2021/ červen 2022** **Rozložení na SŠED v Místku - podle dnů a drah**

**Pondělí**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **16.00-17.25****1 dráha -schůdky** | **2 dráha** | **3 dráha** |  **4 dráha - okno** |
| Závodníci A | Závodníci B | Závodníci B | Závodníci C |
| **17.15-18.50** SY Akvabely 10 | SY Akvabely 10 | SY Akvabely 10 | SY Akvabely 10 |

**Úterý**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **17.00-17.50 50 min.**Kondiční ml. 12 | Kondiční st. 10 |  Kondiční ml. 12 | Kondiční st. 10 |

**Středa**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **15.00-15.30** SY Akvabely 15 | SY Akvabely |  SY Akvabely | SY Akvabely |
| **15.50-16.50** SY Akvabely 15 | **15.30-16.50**Závodníci A | Závodníci B | Závodníci B |

**Čtvrtek**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **16.00-17.30**Závodníci A, B, C  | Závodníci A, B, C | Závodníci A, B, C | Závodníci A, B, C |
| **17.35-18.20 45 min.**Kondiční ml 13 | Kondiční ml 15 | Kondiční st 12 | Kondiční akvabely 12 |

**Pátek**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **17.00-18.50**SY akvabely 10 | SY akvabely 10 | SY akvabely 10 | SY akvabely |

**Září 2021/ červen 2022 Rozložení tréninků na 11. Zš – podle dnů**

**Pondělí**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **17.00-17.50****1 dráha**  | **2 dráha** | **3 dráha** |  **4 dráha - okno** |
| Kroužky malí | Kroužky pokroč. | Kroužky pokroč. | Kroužky malí |
| **17.55-18.45** Kroužky malí | Kroužky pokroč. | Kroužky pokroč.  | Kroužky malí |

**Středa**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **17.00-17.50** Děti s postižením | Kroužky malí | **Ploutvička** | Kondiční ml 15 |
| **17.55-18.40**Dospělí s postižením | Kroužky pokroč. | **Ploutvička** | Kondiční st 12 |

**Čtvrtek**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **17.00-17.50**Kroužky malí | Kroužky pokroč. | Kroužky pokroč. | Kroužky malí |
| **17.55-18.45** Dospělí plavci | Dospělí plavci | Dospělí plavci | Dospělí plavci |

**Pátek**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **17.00-18.25**Závodníci A, B  | Závodníci A, B | Závodníci A, B | Závodníci A, B |

**Jednotlivé sekce**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. **Kroužek noví**

**11. Zš** | 1. **Kroužek pokr**

**11. Zš** | 1. **Kondiční s TV**

2xtýdně voda SŠED Místek - út, čt11.Zš - St  | 1. **Kondiční bez TV**

SŠED Místek |
| Po 17.00-17.50 12 | Po 17.00-17.50 12+(stávající) | **TV od 14.9. 2021 -** úterý 16.30-18.00 | 1 Út 17.00-17.50 ml 202 Út 17.00-17.50 st 15 |
| Po 17.55-18.45 12 | Po 17.55-18.45 12+(stávající) | Út 17.00-17.50 ml 22Út 17.00-17.50 st 20 |  |
| St 17.00-17.40 12 **Ploutvička** |  |  | 1-4 Čt 17.35 - 18.20 40 |
| St 17.50-18.30 10 **Ploutvička** |  | Čt 17.35-18.20 40 | **+ akvabely** plav.trénink(velké akv. - kondiční- 12) |
| Čt 17.00-17.50 24 | Čt 17.00-17.50 20 | **\*11.Zš Od 09/2021****St 17.50-18.40)**Pro ty, kteří budou chodit do TV |  |
| **Kroužek Brušperk**96 |  |  | 1. **Dospělí plavci**

 11.Zš |
| 1 Út 15.30-16.20 RP 122 Út 16.20-17.10 RP12 | 3 Út 15.30-16.20 kond 244 Út 16.20-17.10 kond 24 | 5 Út 15.30-16.20 malí 106 Út 16.20-17.10 malí 10 | Čt 17.55-18.45 11.Zš |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. **SY A**
 | 1. **SY B**
 | 1. **Závodníci A**
 | 1. **Závodníci B**
 | 1. **Závodníci C**
 |
| Po 15.00-16.00 TV gymnastika-od Po 13.9. 21 ------SŠED MístekPo 17.15-18.50 45 | Po 15.00-16.00 TV gymnastika Od Po 13.9. 21 ----Plav.tren.malých11.Zš17.00-17.50kroužek - malí | SŠED MístekPo 16.00-17.25 | SŠED MístekPo 16.00-17.25 | SŠED MístekPo 16.00-17.25 |
|   |  | 11.ZšÚt 16.30-18.00TV - od 14.9. 21 | 11.ZŠÚt 16.30-18.00TV – od 14.9. 21 |  |
| SŠED MístekSt 15.00-16.50  | SŠED MístekČt 17.35-18.20 plavání kond-velké-dle domluvy | SŠED MístekSt 15.30-16.50 | SŠED MístekSt 15.30-16.50 |  |
| SŠED Místek Pá 17.00-19.00 40 | SŠED Místek Pá 17.00-19.00 40 | SŠED MístekČt 16.00-17.25 | SŠED MístekČt 16.00-17.25 | SŠED MístekČt 16.00-17.25 |
| Balet Út 18.00-18.50Od 14.9. 21 | Balet Út 18.00-18.50 | Pá 17.00-18.0011.Zš | Pá 17.00-18.0011.Zš |  |
|  |  | So závody |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **Děti s postižením**
 | 1. **Dospělí**

 **s postižením** |
| St 17.00-17.50  | Od října/11.zšSt 17.55-18.40 |