

### Měsíční tréninkový plán RFA Karviná - Prosinec 2021

Datum	Den	Čas	Zajišťuje	Program - místo	Čas	Zajišťuje	Program - místo	Poznámky
1	středa	8:00	RFA / ZŠ	Kovona, škola	14:30	RFA	Kovona	
2	čtvrtek	7:00	RFA / ZŠ	ZŠ Dělnická, škola	14:30	RFA	Kovona	
3	pátek	8:00	RFA / ZŠ	škola	14:30	rodiče	trénink Karviná, Třinec odjezd	
4	sobota			Volno			Volno	
5	neděle			Volno			Volno	
6	pondělí	8:00	RFA / ZŠ	škola	15:30	RFA	Kovona	
7	úterý	10:00	RFA / ZŠ	škola	14:30	RFA	Bowling Kovona	
8	středa	8:00	RFA / ZŠ	Badminton hala Stars, škola	16:15	RFA	Laser Game Ostrava	
9	čtvrtek	8:55	RFA / ZŠ	škola	14:30	RFA	Kovona	
10	pátek	8:00	RFA / ZŠ	škola	14:30	rodiče	trénink Karviná, Třinec odjezd	
11	sobota			Volno			Volno	
12	neděle			Volno			Volno	
13	pondělí	8:00	RFA / ZŠ	škola	15:15	RFA	Bazén Sport Relax Orlová	
14	úterý	8:00	RFA / ZŠ	Badminton hala Stars, škola	14:30	RFA	Kovona	
15	středa	10:00	RFA / ZŠ	škola	15:30	RFA	Kovona	
16	čtvrtek	7:30	RFA / ZŠ	Hokej hala Stars, škola	14:30	RFA	Kino	
17	pátek	8:00	RFA / ZŠ	škola	14:30	rodiče	trénink Karviná, Třinec odjezd	
18	sobota			Volno			Volno	
19	neděle			Volno			Volno	
20	pondělí	8:00	RFA / ZŠ	škola	15:30	RFA	Kovona	
21	úterý	10:00	RFA / ZŠ	škola	14:30	RFA	Kovona	
22	středa	10:00	RFA / ZŠ	škola	14:30	RFA	Kovona	
23	čtvrtek			Volno			Volno	
24	pátek			Volno			Volno	
25	sobota			Volno			Volno	
26	neděle			Volno			Volno	
27	pondělí			Volno			Volno	
28	úterý			Volno			Volno	
29	středa			Volno			Volno	
30	čtvrtek			Volno			Volno	
31	pátek			Volno			Volno	

Prostor pro změnu v měsíčním plánu vždy vyhrazen.

Vypracoval: šéftrenér RFA K. Papuga

