

Tréninkový plán TSAD JČK 2010/2011

TSAD JČK:
LYKO Prachratice

SK MATY Č. Budějovice
SK Chlum Č Budějovice

SK Strakonice
SK Pisek

Sporting Č. Krumlov
SC Lipno

LO TJ Motor Č. Budějovice
Ski Vyšší Brod

Prosinec – 12/2010			Y/N	Ledem - 1/2011			Y/N	Únor – 2/2011			Y/N	Březen – 3/2011			Y/N	Duben – 4/2011			Y/N	
	A žáci JČK kádr	B přípr./ předz. JČK kádr	C žáci JČK naděje		A žáci JČK kádr	B přípr./ předz. JČK kádr	C žáci JČK naděje		A žáci JČK kádr	B přípr./ předz. JČK kádr	C žáci JČK naděje		A žáci JČK kádr	B přípr./ předz. JČK kádr	C žáci JČK naděje		A žáci JČK kádr	B přípr./ předz. JČK kádr	C žáci JČK naděje	
1 st				1 so				1 út	Trenink Hochficht			1 út				1 pá	Trenink Hochficht			
2 čt				2 ne				2 st				2 st				2 so	Zadov – Po JČK	Ski	Racing Zadov	
3 pá	Trenink Hochficht			3 po		Celý týden!	Ferien Rakušáci	3 čt				3 čt				3 ne	Zadov – Po JČK	Ski	Racing Zadov	
4 so				4 út			Ferien Rakušáci	4 pá				4 pá	MČR – RKZ Pec – SL+OS+SG			4 po				
5 ne				5 st	Trenink Hochficht		Ferien Rakušáci	5 so	Kubovka – Po JČK	RKZ Bílá SL+OS		5 so	MČR – RKZ Pec – SL+OS+SG			5 út				
6 po	Trenink Hochficht			6 čt	Trenink		Lipno Skicamp11	6 ne	Kubovka – Po JČK	RKZ Bílá SL+OS		6 ne	MČR – RKZ Pec – SL+OS+SG			6 st				
7 út				7 pá	Trenink		Lipno Skicamp11	7 po	Wien ferien			7 po				7 čt				
8 st				8 so	Trenink		RKZ Karolinka	8 út	Wien ferien			8 út	Trenink Hochficht			8 pá				
9 čt				9 ne	Kramolín-ŠP+PoJČK		RKZ Karolinka	9 st	Trenink Hochficht		Wien ferien	9 st				9 so				
10 pá				10 po				10 čt	Wien ferien			10 čt				10 ne				
11 so				11 pá				11 pá	Wien ferien			11 pá				11 po				
12 ne				12 st				12 so	Wien ferien		ŠP – Belveder	12 so				12 út				
13 po				13 čt	Trenink Hochficht			13 ne	Wien ferien		ŠP – Belveder	13 ne				13 st				
14 út	Trenink Hochficht			14 pá				14 po				14 po				14 čt				
15 st				15 so			ŠP – Špičák	15 út				15 út				15 pá				
16 čt				16 ne	RKZ Špindl SG+OS		ŠP – Špičák	16 st	AŠSK – OS		Hochficht	16 st	Trenink Hochficht			16 so				
17 pá				17 po	RKZ Špindl SG+OS			17 čt	Trenink Hochficht			17 čt				17 ne				
18 so				18 út	RKZ Špindl SG+OS			18 pá				18 pá	RKZ - Albrechtice SL+OS			18 po				
19 ne				19 st				19 so	Kramolín – Po JČK	Kramolínský obřák		19 so	RKZ - Albrechtice SL+OS			19 út				
20 po				20 čt				20 ne	Obeostereich ferien			20 ne	RKZ - Albrechtice SL+OS			20 st				
21 út				21 pá	Trenink Hochficht			21 po	Obeostereich ferien			21 po				21 čt				
22 st	Trenink Hochficht			22 so	Kubovka – KP+Po JČK	SK Strakonice		22 út	Obeostereich ferien			22 út				22 pá				
23 čt				23 ne	Kubovka – KP+Po JČK	SK Strakonice		23 st	Obeostereich ferien			23 st				23 so				
24 pá				24 po	Trenink Hochficht			24 čt	Obeostereich ferien			24 čt	Trenink Hochficht			24 ne				
25 so	Trenink Hinterstoder			25 út	RKZ Říčky SL+OS			25 pá	Trenink Hochficht		Obeostereich fer	25 pá				25 po				
26 ne	Trenink Hinterstoder			26 st	RKZ Říčky SL+OS			26 so	Kramolín MASTERS		Obeostereich fer	26 so			ŠP – Finále	26 út				
27 po	Trenink Hinterstoder			27 čt				27 ne	Kramolín MASTERS		Obeostereich fer	27 ne				27 st				
28 út	Trenink Hinterstoder			28 pá				28 po	Trenink Hochficht			28 po				28 čt				
29 st	Trenink Hinterstoder			29 so			ŠP – Javor					29 út				29 pá				
30 čt	Trenink Hinterstoder			30 ne			ŠP – Javor					30 st				30 so				
31 pá				31 po								31 čt								

Informace k celodenním tréninkům na Hochfichtu: Provozní doba: **lisopad – leden:** 9:00 – 16:00 **Noční lyžování:** Středa: 17:00 – 19:00
 Uzavřená tréninková trať je zajištěna po celou provozní dobu **únor – duben:** 9:00 – 16:30 Pátek: 17:00 – 19:00
 Kontaktní osoba pro konkretizace tréninkové tratě: **Martin Lauss** – 1.Betriebisleiter Tel: +43(0)7288/65 05 Mob.: +43(0)664/5816537 Mail.: betriebisleitung@hochficht.at **sněhová situace:** <http://www.hochficht.at>
modrou kurzívou napsané texty značí rakouské prázdniny => tréninky v těchto týdnech je nutno určitě předem potvrdit ze strany areálu hochficht.