

Fotbalový klub Jaroměř, z.s. - tréninkový plán květen 2020

Mužstvo	Pondělí							Úterý							Středa							Čtvrtek							Pátek						
	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00
	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30
Mini hřiště ÚMT															MINI PŘÍPRAVKA																				
Mini hřiště 30x15																																			
Hřiště "B"								MLADŠÍ PŘÍPRAVKA							STARŠÍ ŽÁCI							MLADŠÍ DOROST							MLADŠÍ ŽÁCI						
Hřiště "B"								STARŠÍ PŘÍPRAVKA																					A MUŽI						
Hřiště "A"	MLADŠÍ ŽÁCI							MLADŠÍ DOROST																					STARŠÍ ŽÁCI						
Hřiště "A"															A MUŽI							MLADŠÍ PŘÍPRAVKA							STARŠÍ PŘÍPRAVKA						

MUŽI A	MUŽI B	STARŠÍ DOROST	MLADŠÍ DOROST	STARŠÍ ŽÁCI	MLADŠÍ ŽÁCI	STARŠÍ PŘÍPRAVKA	MLADŠÍ PŘÍPRAVKA	MINI PŘÍPRAVKA	FKJ REKREA
--------	--------	---------------	---------------	-------------	-------------	------------------	------------------	----------------	------------

Družstvo	Čas
MINI PŘÍPRAVKA (2014 a ml.)	ST: 16.00 - 17.00
MLADŠÍ PŘÍPRAVKA (2013-2012)	ÚT, ČT: 17.00 - 18.00
STARŠÍ PŘÍPRAVKA (2011-2010)	ÚT, ČT: 17.00 - 18.00
MLADŠÍ ŽÁCI (2009-2008)	PO, PÁ: 17.00 - 18.00
STARŠÍ ŽÁCI (2007-2006)	ST, PÁ: 16.30 - 17.30
MLADŠÍ DOROST (2005-2004)	ÚT, ČT: 17.00 - 18.00
STARŠÍ DOROST (2003-2002)	
MUŽI A	ST, PÁ: 18.00 - 19.00

Každé družstvo má min. jeden trénink na hlavním hřišti, jeden až dva tréninky na tréninkovém, případě dalších hřištích - ÚMT, nebo MINI

V PŘÍPADĚ TRÉNOVÁNÍ NA HLAVNÍM HŘIŠTI STAVĚT PŘENOSNÉ BRANKY AŽ K ZÁBRADLÍ, ABY BYL BRANKÁŘ MIMO HRACÍ PLOCHU.

NA "A" I "B" HŘIŠTI BEZ RYCHLOSTNÍCH CVIČENÍ A DRILŮ

Sledujte počasí, v případě deštivého počasí nechodit na spodní část hlavního hřiště