

Fotbalový klub Jaroměř, z.s. - Tréninkový Plán PODZIM 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			FKJ REKREA LÁŠEK				MINI PŘÍPRAVKA			FKJ REKREA TRENÉŘI				MLADŠÍ PŘÍPRAVKA			FKJ REKREA MOLDAVIA				FKJ REKREA VETERÁNI			MINI PŘÍPRAVKA			FKJ REKREA TRENÉŘI							
Mini hřiště 30x15	MLADŠÍ DOROST Velichovky																																		
Hřiště "B"	MLADŠÍ PŘÍPRAVKA														STARŠÍ ŽÁCI							A MUŽI			MLADŠÍ ŽÁCI										
Hřiště "B"	STARŠÍ PŘÍPRAVKA																	MLADŠÍ ŽÁCI							MLADŠÍ DOROST										
Hřiště "A"				STARŠÍ ŽÁCI											A MUŽI			MLADŠÍ PŘÍPRAVKA				MINI PŘÍPRAVKA ZÁPASY			STARŠÍ ŽÁCI				A MUŽI						
Hřiště "A"								MLADŠÍ ŽÁCI							STARŠÍ PŘÍPRAVKA							MLADŠÍ DOROST po dobu tanečních			ML PŘÍPRAVKA				ST 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.)	PO/ÚT, ČT, PÁ: 16:30 - 18:00
MLADŠÍ PŘÍPRAVKA (2012-2013)	PO, ST, PÁ: 16:30 - 18:00
STARŠÍ PŘÍPRAVKA (2010-2011)	PO, ST, PÁ: 16:30 - 18:00
MLADŠÍ ŽÁCI (2008-2009)	PO, ST, ČT: 16:30 - 18:00
STARŠÍ ŽÁCI (2006-2007)	PO, ST, ČT: 17:00 - 18:30
MLADŠÍ DOROST (2004-2005)	PO, ČT, PÁ: 17:00 - 18:30
STARŠÍ DOROST (2002-2003)	ÚT, ST, PÁ: 17:00 - 18:30
MUŽI A	ÚT, ČT, PÁ: 17:30 - 19:00
FKJ REKREA	PO - PÁ: 18:00 - 19:30

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 HLAVNÍM HŘIŠTI BEZ RYCHLOSTNÍCH CVIČENÍ A DRILŮ

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