

KC KOOPERATIVA JABLONEC N.N. - TRÉNINKOVÝ PLÁN - VII. CYKLUS

18. března - 14. dubna 2019

Po 18	CD	Jarní VT	Slovensko
	CD		
Út 19	CD	Jarní VT	Slovensko
	CD		
St 20	CD	Jarní VT	Slovensko
	CD		
Čt 21	CD	Jarní VT	Slovensko
	CD		
Pá 22	CD	Jarní VT	Slovensko
	CD		
So 23	CD	Jarní VT	Slovensko
	CD		
Ne 24	CD	Jarní VT	Slovensko
	CD		

Po 25	DO	Jarní VT	Slovensko
	OD		
Út 26	DO	Jarní VT	Slovensko
	OD		
St 27	DO	Jarní VT	Slovensko
	OD		
Čt 28	DO	Jarní VT	Slovensko
	OD		
Pá 29	DO	Jarní VT	Slovensko
	OD		Přejezd do Břeclavi
So 30	CD	ČP - Silniční závod	Hlohovec
	CD		
Ne 31	CD	IT	
	CD		

Po 01	DO	Regenerace	Vyjetí + protahování
	OD		
Út 02	DO	ST	50 - 60 km
	OD	ST	50 - 60 km
St 03	DO	ST	60 - 80 km
	OD	MTBT	1 - 2 hod.
Čt 04	DO		
	OD	MTBT	1 - 3 hod.
Pá 05	DO	Regenerace	Protahování + Vyjetí
	OD		
So 06	CD	ČP - MTB XCO	Kutná Hora
	CD		
Ne 07	CD	ČP - MTB XCO	Kutná Hora
	CD	ČP - Silniční závod	Zbraslav u Brna

junioři, juniorky, kadetky
DUCH, NAVN, žáci, kadeti

Po 08	DO	Regenerace	Vyjetí + Protahování	
	OD			
Út 09	DO	ST	50 - 60 km	I5, I6
	OD	ST	50 - 60 km	I4, I5, I6
St 10	DO	ST	60 - 80 km	I4s, I5, I6
	OD	MTBT	1 - 2 hod.	
Čt 11	DO			
	OD	ST	70 - 80 km	I4, I5, I6
Pá 12	DO	Regenerace	Protahování + Vyjetí	
	OD			
So 13	CD	ČP - Kritérium	Kyjov	
	CD			
Ne 14	CD	ČP - Silniční závod	Kyjov	
	CD			