Rozvrh tréninků 2024/2025

Den	Čas tréninku		Kategorie	Jaro, léto, podzim	Zima (vnitřní prostory v termínech)	Ročníky	Vedoucí trenér 2024/2025
(ročníky 2018-2019, 5-7 let - MŠ) atletická školka							
Pondělí	**16:00-17:00**		**školka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (malá) (16:00-17:00) (sraz před Sokolem)**	**2018-2019**	Lustigová
Středa	**15:00-16:00**		**školka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (malá) (16:00-17:00) (sraz před Sokolem)**	**2018-2019**	Košťálová
Pondělí	16:00-17:00		školka	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) sraz v hale	2018-2019	Machová
Středa	16:00-17:00		školka	Černošice	Tělocvična Mokropsy (16:00-17:00) sraz před ZŠ	2018-2019	Lágnerová
Pátek	16:00-17:00		školka	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) sraz v hale	2018-2019	Lágnerová
Středa	14:45-15:45		školka	MŠ Husova	Sál MŠ Husova (14:45-15:45)	2018-2019	Lágnerová
Pondělí	15:00-16:00		školka	Řevnice	Hala Řevnice (15:00-16:00)	**2017-2019**	Větrovský
Čtvrtek	15:00-16:00		školka	Řevnice	Hala Řevnice (15:00-16:00)	**2017-2019**	Větrovský
(ročníky 2014-2018, 7-11 let - ZŠ) atletická přípravka							
Pondělí	**14:00-15:00**		**přípravka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (m,v) (14:00-15:00) (sraz před Sokolem)**	**2014-2018**	Brůhová
Pondělí	**15:00-16:00**		**přípravka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (velká) (15:00-16:00) (sraz před Sokolem)**	**2014-2018**	Brůhová
Úterý	**14:00-15:00**		**přípravka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (m,v) (14:00-15:00) (sraz před Sokolem)**	**2014-2018**	Nováková
Středa	**14:00-15:00**		**přípravka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (malá) (14:00-15:00) (sraz před Sokolem)**	**2014-2016**	Košťálová
Středa	**15:00-16:00**		**přípravka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) (sraz před Sokolem)**	**2017-2018**	Brůhová
Čtvrtek	**14:00-15:00**		**přípravka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (velká) (14:00-15:00) (sraz před Sokolem)**	**2014-2018**	**Brůhová**
Čtvrtek	**15:00-16:00**		**přípravka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) (sraz před Sokolem)**	**2014-2018**	**Brůhová**
Pátek	**14:00-15:00**		**přípravka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (malá) (14:00-15:00) (sraz před Sokolem)**	**2014-2016**	Košťálová
Pátek	**15:00-16:00**		**přípravka**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) (sraz před Sokolem)**	**2017-2018**	Košťálová
Pondělí	13:30-14:30		přípravka	Černošice	Tělocvična Mokropsy (13:30-14:30) - sraz před ZŠ Černošice	2014-2018	Nováková
Pondělí	15:30-16:45		přípravka	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) - sraz v hale	2014-2018	Nováková
Úterý	13:30-14:30		přípravka	Černošice	Hala Věry Čáslavské (13:30-14:30) - sraz před ZŠ Černošice	2014-2018	Lágnerová
Úterý	15:30-16:45		přípravka	Černošice	Tělocvična Mokropsy (15:30-16:30) - sraz před ZŠ Černošice	2014-2018	Lágnerová
Středa	13:30-14:30		přípravka	Černošice	Tělocvična Mokropsy (13:30-14:30) - sraz před ZŠ Černošice	2014-2018	Nováková
Středa	15:30-16:45		přípravka	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) - sraz v hale	2014-2018	Nováková
Čtvrtek	13:30-14:30		přípravka	Černošice	Hala Věry Čáslavské (13:30-14:30) - sraz před ZŠ Černošice	2014-2018	Lágnerová
Čtvrtek	15:30-16:45		přípravka	Černošice	celoročně venku	2014-2018	Lágnerová
Pátek	15:30-16:45		přípravka	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) - sraz v hale	2014-2018	Le Viet
Pondělí	16:00-17:00		přípravka	Řevnice	Hala Řevnice (16:00-17:00)	2014-2016	Větrovský
Čtvrtek	16:00-17:00		přípravka	Řevnice	Hala Řevnice (16:00-17:00)	2014-2016	Větrovský
(ročníky 2012-2013, 11-13 let) Základní sportovní příprava: Mladší žactvo							
Pondělí	**16:00-17:00**		**mladší žactvo**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (velká) (16:00-17:00) sraz před sokolem**	**2012-2013**	Brůhová
Úterý	**15:00-16:00**		**mladší žactvo**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) sraz před sokolem**	**2012-2013**	Košťálová
Středa	**16:00-17:00**		**mladší žactvo**	**Dobřichovice**	**Posilovna BIOS (16:00-17:00), sraz před Bioskou**	**2012-2013**	Brůhová
Pátek	**15:00-16:00**		**mladší žactvo**	**Dobřichovice**	**Tělocvična Sokol (malá) (14:00-15:00) sraz před sokolem**	**2012-2013**	Košťálová
Pondělí	15:30-17:00		mladší žactvo	Černošice	Celoročně venku	2012-2013	Siebeltová
Úterý	15:30-17:00		mladší žactvo	Černošice	Celoročně venku	2012-2013	Siebeltová
Středa	15:30-17:00		mladší žactvo	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) - sraz v hale	2012-2013	Siebeltová
Čtvrtek	15:30-17:00		mladší žactvo	Černošice	Celoročně venku	2012-2013	Mutinský
Pátek	15:30-17:00		mladší žactvo	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) - sraz v hale	2012-2013	Mutinský
Pondělí	17:00-18:00		mladší žactvo	Řevnice	Hala Řevnice (17:00-18:00)	2012-2013	Větrovský
Čtvrtek	17:00-18:00		mladší žactvo	Řevnice	Hala Řevnice (17:00-18:00)	2012-2013	Větrovský
(ročníky 2009-2010, 13-15 let) Specializovaná závodní příprava: starší žactvo							
Pondělí	16:00-17:00		starší žactvo	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (velká) (16:00-17:00) sraz před sokolem	2010-2011	Brůhová
Úterý	15:00-16:00		starší žactvo	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) sraz před sokolem	2010-2011	Nováková
Středa	16:00-17:00		starší žactvo	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (16:00-17:00) sraz před sokolem	2010-2011	Brůhová
pondělí	16:00-17:00	dálka	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Pěkný
pondělí	16:00-17:00	výška	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Peřich
pondělí	17:00-18:30	výška	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Peřich
pondělí	17:00-18:30	Tréninková skupina	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Nováková, Le Viet, Bernard
pondělí	15:00-16:00	vrhy a hody	Level I	Dobřichovice	Celoročně venku	2010-2011	Sirotek
pondělí	16:00-17:00	vrhy a hody	Level II	Dobřichovice	Celoročně venku	2010-2011	Sirotek
úterý	15:30-16:30	silový trénink	starší žactvo	ATA	ATA	2010-2011	Bernard
úterý	16:00-17:00	vzpírání	Open	Černošice posilovna			Sirotek
úterý	17:00-18:30	Tréninková skupina	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Nováková, Bernard
Středa	16:00-17:00	výška	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Peřich
Středa	16:00-17:00	silový trénink	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Bernard
Středa	16:00-17:00	vrhy a hody	Level II	Dobřichovice	Celoročně venku	2010-2011	Sirotek
Středa	17:00-18:00	výška	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Peřich
Středa	17:00-18:30	vrhy a hody	level II	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (velká) (17:00-18:30)	2010-2011	Brůhová
Středa	17:00-18:30	Tréninková skupina	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Nováková, Větrovský
čtvrtek	**16:00-17:00**	**vzpírání**	**Open**	**Černošice posilovna**	Celoročně venku		**Sirotek**
čtvrtek	16:00-17:00	sprinty a skoky	starší žactvo	Černošice	Celoročně venku		Vodička
čtvrtek	17:00-18:00	Tréninková skupina	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Nováková
Čtvrtek	17:00-18:30	vrhy a hody	level II	Černošice/Dobřichovice	Celoročně venku	2010-2011	Brůhová
pátek	15:00-16:00	Koule	Level I a II	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Sirotek
pátek	15:30-17:00	tyč	Level I	Černošice ovál	Beroun (16:30-17:45)	2010-2011	Holubová
pátek	15:30-17:00	Sprinty, překážky	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Větrovský

pátek	17:00-18:30	Tréninková skupina	starší žactvo	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Le Viet
pátek	16:00-17:00	Koule	Level I a II	Černošice ovál	Celoročně venku	2010-2011	Sirotek
pátek	17:00-18:30	tyč	Level II	Černošice ovál	Beroun (17:30-19:00)	2010-2011	Holubová
Pondělí	17:00-18:00		starší žactvo	Řevnice	Hala Řevnice (17:00-18:00)	2010-2011	Větrovský
Čtvrtek	17:00-18:00		starší žactvo	Řevnice	Hala Řevnice (17:00-18:00)	2010-2011	Větrovský
(ročníky 2008 a starší, 16 let a starší) Specializovaná závodní příprava - rozdělení k trenérům se specializací							
pondělí	16:00-18:30	sprinteři, vícebojaři	dorost a starší	dle dohody s osobním trenérem	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Vodička
pondělí	17:00-18:00	běžci	dorost a starší	Černošice	Posilovna + běh	2009 a starší	Siebeltová
pondělí	18:00-19:00	běžci	dorost a starší	Černošice	Běh + posilovna	2009 a starší	Siebeltová
pondělí	17:00-18:00	vrhači	dorost a starší	Dobřichovice	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Sirotek, Brůhová
úterý	16:00-18:30	sprinteři, vícebojaři	dorost a starší	dle dohody s osobním trenérem	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Vodička
úterý	17:00-18:30	běžci	dorost a starší	Černošice/Radotín	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Siebeltová
úterý	17:00-18:30	vrhači	dorost a starší	dle dohody s osobním trenérem	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Sirotek
středa	16:00-18:30	sprinteři, vícebojaři	dorost a starší	dle dohody s osobním trenérem	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Vodička
středa	17:00-18:30	běžci	dorost a starší	Černošice	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Siebeltová
středa	17:00-18:30	vrhači	dorost a starší	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (velká) (17:00-18:30)	2009 a starší	Sirotek, Brůhová
čtvrtek	17:00-18:30	sprinteři, vícebojaři	dorost a starší	dle dohody s osobním trenérem	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Vodička
čtvrtek	17:00-18:30	běžci	dorost a starší	Černošice	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Siebeltová
čtvrtek	17:00-18:30	vrhači	dorost a starší	ATA	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Sirotek
pátek	16:00-18:30	sprinteři, vícebojaři	dorost a starší	dle dohody s osobním trenérem	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Vodička
pátek	17:00-18:00	běžci	dorost a starší	ATA	Posilovna + běh	2009 a starší	Siebeltová
pátek	18:00-19:00	běžci	dorost a starší	ATA	Běh + posilovna	2009 a starší	Siebeltová
pátek	17:00-18:30	vrhači	dorost a starší	dle dohody s osobním trenérem	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Sirotek
sobota	dle domluvy	běžci	dorost a starší	Černošice	dle dohody s osobním trenérem	2009 a starší	Siebeltová
(nezávodící 12-18 let) Kondiční obecná příprava							
Pondělí	17:00-18:00			Černošice	Celoročně venku	2011 a starší	Nováková
Středa	17:00-18:00			Černošice	Celoročně venku	2011 a starší	Nováková
Hobby dospělí							
Pondělí	18:00-19:15		kondice, hobby atle	Černošice	Celoročně venku	dospělí	Nováková
Úterý	18:00-19:15		běžecká skupina do	Černošice	Celoročně venku	dospělí	Nováková
Středa	18:00-19:15		kondice, hobby atle	Černošice	Celoročně venku	dospělí	Nováková
Čtvrtek	18:00-19:15			Černošice	Celoročně venku	dospělí	Nováková
Čtvrtek	18:00-19:00		běžecká skupina do	Řevnice	Celoročně venku	dospělí	Siebeltová
Beach volejbal							
Úterý	16:30-17:30		beach	Černošice	Beach hala Radotín (16:30-17:30)	8-15 let	Le Viet
Úterý	17:30-18:30		beach	Černošice	Beach hala Radotín (17:30-18:30)	15+ (dospělí)	Le Viet
Čtvrtek	16:30-17:30		beach	Černošice	Není (jen září+říjen a květen+červen)	8-15 let	Le Viet