

# Rozvrh tréninků - ASK Dipoli - zima 2021/2022 (15.11.2021 - 11.3.2022)

Časy tréninků	Jaro, léto, podzim	Zima (15.11.2021 - cca 11.3.2022) (sraz 5 min před)	Ročníky	Vedoucí trenér	Další trenéři
<b>(ročníky 2015-2016, 5-7 let - MŠ) Sportovní předpříprava - atletická školka</b>					
Pondělí 15:00-16:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) (sraz před Sokolem)	2015-2016	katerina.mandikova@askdipoli.cz, 720 675 685	
Pondělí 16:00-17:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (16:00-17:00) (sraz před Sokolem)	2015-2016	katerina.mandikova@askdipoli.cz, 720 675 685	
Středa 16:00-17:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (16:00-17:00) (sraz před Sokolem)	2015-2016	lenka.kostalova@askdipoli.cz, 776 074 784	Capouch
Pátek 15:00-16:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) (sraz před Sokolem)	2015-2016	katerina.siebeltova@askdipoli.cz, 604 674 503	Junek
Pondělí 16:00-17:00	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) sraz v hale	2015-2016	katerina.siebeltova@askdipoli.cz, 604 674 503	Le Viet, Hlavičková
Středa 16:00-17:00	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) sraz v hale	2015-2016	jana.lagnerova@askdipoli.cz, 724 596 037	Šebková, Straková
Pátek 16:00-17:00	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) sraz v hale	2015-2016	jana.lagnerova@askdipoli.cz, 724 596 037	Kratochvíl, Šebková
Středa 14:45-15:45	MŠ Husova	Sál MŠ Husova (14:45-15:45)	2015-2016	jana.lagnerova@askdipoli.cz, 724 596 037	
<b>(ročníky 2011-2014, 7-11 let - ZŠ) Sportovní předpříprava - atletická příprava</b>					
Pondělí 13:45-14:45	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (m,v) (13:45-14:45) (sraz před Sokolem)	2013-2014	katerina.mandikova@askdipoli.cz, 720 675 685	Košťálová
Pondělí 15:00-16:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (velká) (15:00-16:00) (sraz před Sokolem)	2011-2012	jakub.junek@askdipoli.cz, 775 622 550	Sirotek
Úterý 13:45-14:45	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (m,v) (13:45-14:45) (sraz před Sokolem)	2011-2014	martin.capouch@askdipoli.cz, 728 965 529	Nováková, Brůhová
Úterý 15:00-16:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (velká) (15:00-16:00) (sraz před Sokolem)	2011-2012	natalie.novakova@askdipoli.cz, 775 135 080	Capouch
Středa 13:45-14:45	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (13:45-14:45) (sraz před Sokolem)	2011-2014	lenka.kostalova@askdipoli.cz, 776 074 784	Capouch
Středa 15:00-16:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) (sraz před Sokolem)	2011-2014	lenka.kostalova@askdipoli.cz, 776 074 784	Capouch
Čtvrtek 13:45-14:45	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (velká) (13:45-14:45) (sraz před Sokolem)	2011-2014	lenka.kostalova@askdipoli.cz, 776 074 784	Capouch
Čtvrtek 15:00-16:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) (sraz před Sokolem)	2011-2012	lenka.kostalova@askdipoli.cz, 776 074 784	Capouch
Pátek 13:00-14:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (13:00-14:00) (sraz před Sokolem)	2011-2014	katerina.siebeltova@askdipoli.cz, 604 674 503	Junek
Pondělí 13:30-14:30	Černošice	Tělocvična Mokropsy (13:30-14:30) - sraz před ZŠ Černošice	2011-2014	jana.lagnerova@askdipoli.cz, 724 596 037	Siebeltová, Kobzová
Pondělí 15:30-16:45	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) - sraz v hale	2011-2014	natalie.novakova@askdipoli.cz, 775 135 080	Schrotter, Poulik, Kobzová
Úterý 13:30-14:30	Černošice	Hala Věry Čáslavské (13:30-14:30) - sraz před ZŠ Černošice	2011-2014	jana.lagnerova@askdipoli.cz, 724 596 037	Siebeltová, Krejčířová, Kobzová
Úterý 15:30-16:45	Černošice	Tělocvična Mokropsy (14:30-15:30) - sraz před ZŠ Černošice	2011-2014	katerina.krejcirova@askdipoli.cz, 728 701 696	Kratochvíl, Sirotek, Kobzová, Le Viet
Středa 15:30-16:45	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:00) - sraz v hale	2011-2014	katerina.siebeltova@askdipoli.cz, 604 674 503	Vodička, Nováková, Brůhová, Mutinská
Čtvrtek 13:30-14:30	Černošice	Hala Věry Čáslavské (13:30-14:30) - sraz před ZŠ Černošice	2011-2014	jana.lagnerova@askdipoli.cz, 724 596 037	Siebeltová, Nováková
Čtvrtek 15:30-16:45	Černošice	celoročně venku	2011-2014	natalie.novakova@askdipoli.cz, 775 135 080	Konečný, Schrotter
Pátek 15:30-16:45	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:30) - sraz v hale	2011-2014	lucie.mutinska@askdipoli.cz, 774 826 291	Straková, Hlavičková, Brůhová, Poulik
<b>(ročníky 2009 - 2010, 11-13 let) Základní sportovní příprava: Mladší žactvo</b>					
Pondělí 16:00 - 17:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (velká) (16:00-17:00) sraz před sokolem	2008-2010	jakub.junek@askdipoli.cz, 775 622 550	
Úterý 15:00 - 16:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) sraz před sokolem	2008-2010	karla.bruhova@askdipoli.cz, 739 327 293	
Čtvrtek 15:00 - 16:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (15:00-16:00) sraz před sokolem	2008-2010	jan.sirotek@askdipoli.cz, 774 330 566	
Pátek 14:00-15:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (malá) (14:00-15:00) sraz před sokolem	2008-2010	katerina.siebeltova@askdipoli.cz, 604 674 503	Junek
Pondělí 17:00 - 18:45	Černošice	Hala Věry Čáslavské (17:00-18:00), potom trénink venku do 18:45	2009-2010	jakub.junek@askdipoli.cz, 775 622 550	Poulik, Le Viet, Brůhová
Úterý 15:30 - 17:00	Černošice	Celoročně venku	2009-2010	katerina.siebeltova@askdipoli.cz, 604 674 503	Mutinský, Mutinská
Středa 17:00 - 18:45	Černošice	Hala Věry Čáslavské (17:00-18:00), potom trénink venku do 18:45	2009-2010	lucie.mutinska@askdipoli.cz, 774 826 291	Brůhová
Čtvrtek 15:30 - 17:00	Černošice	Celoročně venku	2009-2010	katerina.siebeltova@askdipoli.cz, 604 674 503	Mutinský, Brůhová
Pátek 15:30 - 17:00	Černošice	Hala Věry Čáslavské (16:00-17:30)	2009-2010	jan.sirotek@askdipoli.cz, 774 330 566	Schrotter, Vodička
<b>(ročníky 2008 a starší, 13 let a starší) Specializovaná závodní příprava: starší žactvo, dorost, junioři, juniorky, muži a ženy</b>					
Pondělí 15:00 - 17:00	Černošice	Celoročně venku	2008 a starší	tomas.vodicka@askdipoli.cz, 776 366 426	
Pondělí 17:00 - 18:45	Černošice	Tělocvična Mokropsy (17:00-18:00 venku) (potom 18:00-18:45 uvnitř)	2008 a starší	tomas.vodicka@askdipoli.cz, 776 366 426	Siebeltová, Sirotek
Úterý 17:00 - 18:45	Černošice	Celoročně venku	2008 a starší	tomas.vodicka@askdipoli.cz, 776 366 426	Brůhová, Sirotek, Mutinská, Siebeltová
Středa 17:00 - 18:45	Černošice	Hala Věry Čáslavské (17:00-18:00), potom trénink pokračuje venku do 18:45	2008 a starší	tomas.vodicka@askdipoli.cz, 776 366 426	Junek, Sirotek, Siebeltová
Čtvrtek 6:00-7:00	Černošice	Hala Věry Čáslavské (6:00-7:00), sraz před halou	2008 a starší	tomas.vodicka@askdipoli.cz, 776 366 426	
Čtvrtek 15:00 - 17:00	Černošice	Celoročně venku	2008 a starší	tomas.vodicka@askdipoli.cz, 776 366 426	
Čtvrtek 17:00 - 18:45	Černošice	Celoročně venku	2008 a starší	tomas.vodicka@askdipoli.cz, 776 366 426	Brůhová, Sirotek, Siebeltová
Pátek 17:00 - 18:45	Černošice	Jogogym (17:00-19:30), 17-18 venku u haly, 18:00-19:30 jogogym	2008 a starší	tomas.vodicka@askdipoli.cz, 776 366 426	Siebeltová, Junek, Sirotek, Pěkný, Mutinská
Sobota	Černošice	Hala/ venku/ atletická hala Strahov - operativně po dohodě na emailu a whatsapp			
Neděle	Černošice	Hala/ venku/ atletická hala Strahov - operativně po dohodě na emailu a whatsapp			
<b>(nezávodící 12-18 let) Kondiční obecná příprava</b>					
Pondělí 16:00 - 17:00	Dobřichovice	Tělocvična Sokol (velká) (16:00-17:00)	2008 a starší	jan.sirotek@askdipoli.cz, 774 330 566	
Pondělí 17:00 - 18:30	Černošice	Tělocvična Mokropsy (17:00-18:30) , sraz před ZŠ Černošice	2008 a starší	natalie.novakova@askdipoli.cz, 775 135 080	
Úterý 17:00 - 18:30	Černošice	Celoročně venku	2008 a starší	katerina.krejcirova@askdipoli.cz, 728 701 696	
Středa 17:00 - 18:30	Černošice	Tělocvična Mokropsy (17:00-18:30) , sraz před ZŠ Černošice	2008 a starší	natalie.novakova@askdipoli.cz, 775 135 080	
<b>Hobby dospělí</b>					
Pondělí 18:45-20:00	Černošice	celoročně venku	hobby dospělí	natalie.novakova@askdipoli.cz, 775 135 080	
Středa 18:45-20:00	Černošice	celoročně venku	hobby dospělí	natalie.novakova@askdipoli.cz, 775 135 080	
Čtvrtek 18:45-20:00	Černošice	celoročně venku	hobby dospělí	katerina.siebeltova@askdipoli.cz, 604 674 503	
<b>Beach volejbal</b>					
Úterý 15:30-16:30	Černošice	Celoročně venku	8-15 let	katerina.melova@askdipoli.cz, 730 893 976	Čermák, Melová
Úterý 17:00-18:00	Černošice	Beach hala Radotín (16:30-17:30)	15+ (dospělí)	katerina.melova@askdipoli.cz, 730 893 976	Čermák, Melová
Čtvrtek 15:30-16:30	Černošice	Beach hala Radotín (15:30-16:30)	8-15 let	katerina.melova@askdipoli.cz, 730 893 976	Čermák, Melová
Čtvrtek 17:00-18:00	Černošice	Beach hala Radotín (16:30-17:30)	15; (dospělí)	katerina.melova@askdipoli.cz, 730 893 976	Čermák, Melová
<b>Termíny tréninkových kempů (soustředění) 2021-2022</b>					
Atletická příprava (ročníky 2011-2015): 10.-14.11.2021/ 31.3.-3.4.2022/ 23.-29.7.2022/ listopad 2022					
Mladší žactvo (ročníky 2009-2011): 17.-21.11.2021/ 17.-20.3.2022/ 29.7.-5.8.2022/ listopad 2022					
Soustředění starší (ročníky 2008 a starší): 26.-31.10.2021/ březen 2022 hory?/ 13.-18.4.2022/ 29.7.-5.8.2022/ 5.-12.8.2022/ 25.-30.10.2022					
Soustředění dospělí: jaro a podzim 2022 (termíny již brzy)					