

NÁVRH PLÁNU MAPOVÝCH TRÉNINKŮ - podzim 2019

Datum	Místo srazu	Mapa, měřítko	Doporučený typ tréninku (pro A, B)	Pořadatel, kont. osoba
4. 9.	Lhota pod Kosířem-hřiště	Tři sádky 1: 7 500	VPK – 1. a poslední K povinná	CEL + JPV J. Tomášek
11. 9.	ČpK – U hraběnky	Hraběncina cesta	Pruhy - Downhill	UOL
18.9.	Konice	Šístot1: 10 000	Kvalifikace- rozběhy	KON-Emča
25. 9.	Parkoviště Náměšť - Olbramice	Náměšť na Hané 1: 10 000	Okruhy (krátké i bez cest)	OOL-Brko
2.10.	silnice Otaslavice - Myslejovice	„Obrova noha“ 1: 10 000	1.úsek štafet nebo krátké štafety	PLU-Johanka
9.10.	Zatím Chlum	????	S/L (tandemy) nebo shluky	UOL
16.10.	Lhota pod Kosířem-hřiště	Lhota 1: 7 500	Linie	CEL + JPV J. Tomášek
23.10.5	?????	?????	závěrečné překvapení	PTE (PTI)
26.-29.10.	Podzimní soustředění SCM a SCD - doporučujeme účast			

- jedná se vždy o **střed**y (pokud není uvedeno jinak) v době **16,00 – 17,30 hod. (kontroly)**
- doporučuji stavět 3 - 4 druhy tratí :
- jednoduchá – začátečníci (Z)+ mladší žactvo - (C) – podle počtu účastníků diferencovat
- pro žactvo (B) – platí doporučený typ tréninku
- pro dorost a starší (A) – platí doporučený typ tréninku
- doporučuji vždy využívat **SI tréninkovou sadu (standartní kódy 111 – 131)**, včasná domluva s **M. Chmelařem**

- ? prosím o doplnění

V Černožicích 31. 8. 2019

Petr Hynek