

Plan treningowy zgrupowania kadry województwa opolskiego (młodzików i juniorów młodszych)
w Strzelcach Opolskich:

piątek 06.04.2018 r.

Zbiórka w miejscu zakwaterowania przy ul. Kozielskiej 53 o godz. 16.00

17:00 – 19:00 – trening

20:00 – kolacja

22:00 – cisza nocna

sobota 07.04.2018 r.

08:30 – śniadanie

10:00 – 12:00 – I trening

13:00 – obiad

16:00 – 18:00 – II trening

19:00 – kolacja

22:00 – cisza nocna

niedziela 08.04.2018 r.

07:30 – śniadanie

09:00 – 11:00 – I trening

12:00 – obiad

14:00 – 16:00 – II trening

17:00 – pożegnanie i zakończenie zgrupowania