



1. Judo club Baník Ostrava, z.s.

PRÁZDNINOVÝ PROGRAM 2018

Středisko Sareza

Pro koho: 2005 – 2008 (benjamínci poslední rok až starší žáci)
Určeno pro všechny členy 1. JCBO, všech středisek

Kde: středisko Sareza, Ostrava Přívoz

S sebou: kimono na judo, věci na venkovní trénink (běh), pitný režim

Kdy:

datum	den	čas tréninku
30.7.	pondělí	9:00 - 11:00
1.8.	středa	9:00 - 11:00
3.8.	pátek	9:00 - 11:00
6.8.	pondělí	9:00 - 11:00
8.8.	středa	9:00 - 11:00
10.8.	pátek	9:00 - 11:00
13.8.	pondělí	9:00 - 11:00
15.8.	středa	9:00 - 11:00
17.8.	pátek	9:00 - 11:00
20.8.	pondělí	15:30 - 17:30
22.8.	středa	15:30 - 17:30
24.8.	pátek	15:30 - 17:30

Zodpovědný trenér: Holý Martin, tel. 775 175 907

