

Soustředění SCM I. Pardubice 19. - 26. 3. 2017

	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
neděle 19.3.												trénink bazén			
pondělí 20.3.		snídaně	trénink bazén		spinning posilovna	oběd				trénink bazén		protažení strečink viřivka		večeře	
úterý 21.3.		snídaně	trénink bazén		sucho běh	oběd				trénink bazén		protažení strečink viřivka		večeře	
středa 22.3.		snídaně	trénink bazén		SM gumy AGJ	oběd				trénink bazén		protažení strečink viřivka		večeře	
čtvrtek 24.3.		snídaně	trénink bazén		wellness	oběd				trénink bazén		přednáška MUDr.Vrbici		večeře	
pátek 25.3.		snídaně	trénink bazén		AGJ SM gumy	oběd				trénink bazén		protažení strečink viřivka		večeře	
sobota 26.3.		snídaně	trénink bazén			oběd				trénink bazén				večeře	
neděle 27.3.		snídaně	trénink bazén			balíček na cestu									

úterý
22.3.

...
masáže
fyzio

středa
22.3.

...
masáže
fyzio

pátek
25.3.

...
masáže
fyzio