

TÝDENNÍ TRÉNINKOVÝ PLÁN AKADEMIE SK DYNAMO ČESKÉ BUDĚJOVICE (22.7.-28.7.2024)

Datum	U19							U18							U17							U16						
	Hlavní trenér			Stanislav ROŽBOUD				Hlavní trenér			Filip TONCAR				Hlavní trenér			Jan KOLČAVA				Hlavní trenér			Jiří GERSTNER			
	Asistent trenéra			František MERTL				Asistent trenéra			Marek PETERKA				Asistent trenéra			Jan HUŠEK				Asistent trenéra			Tomáš PECKA			
	den	čas	činnost	místo	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	čas	činnost	místo
22.7.	PO	10.00	síla	FCM	14.30-16.00	TJ	hřiště 1	PO	10.00	síla	FCM	14.30-16.00	TJ	hřiště 1	PO				14.30-16.00	TJ	hřiště 2	PO				14.30-16.00	TJ	hřiště 2
23.7.	ÚT	9.30-11.00	TJ	hřiště 2	14.30-16.00	TJ	hřiště 1	ÚT	9.30-11.00	TJ	hřiště 2				ÚT	9.30-11.00	TJ	hřiště 1	14.30-16.00	TJ	hřiště 1	ÚT	10.00-11.15	TJ	malé hřiště			
24.7.	ST	10.00-11.30	TJ	hřiště 1	15.00-16.30	TJ	hřiště 1	ST	10.30	PU	Příbram-SKD		Příbram	ST	10.00-11.30	TJ	hřiště 1	15.00-16.30	TJ	hřiště 2	ST	12.30	PU	Příbram-SKD		Příbram		
25.7.	ČT							ČT						ČT							ČT							
26.7.	PÁ	9.30-11.00	TJ	hřiště 2				PÁ	9.30-11.00	TJ	hřiště 2				PÁ	9.30-11.00	TJ	hřiště 1				PÁ	11.00-12.30	TJ	hřiště 1			
27.7.	SO	10.15	PU	Český Krumlov - SKD		Č.Krumlov	SO	11.00	PU	SKD - Jindřichův Hradec (muži)		hřiště 2	SO	11.00	PU	SKD - Jindřichův Hradec (muži)		hřiště 2	SO	14.30	PU	SKD - Jihlava		hřiště 2				
28.7.	NE			volno			NE			volno			NE			volno			NE			volno						

Datum	U15							U14							U13							U12						
	Hlavní trenér			Jiří HRBÁČ				Hlavní trenér			Radim POUZAR				Hlavní trenér			Petr ČIŽEK				Hlavní trenér			Jiří VLČEK			
	Asistent trenéra			Karel ONDRÁČEK				Asistent trenéra			Jakub HRIC				Asistent trenéra			Tomáš MORAVEC				Asistent trenéra			MARTIN ŠUBA			
	den	čas	činnost	místo	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	čas	činnost	místo
22.7.	PO	8.30 - 10.00	TJ	hřiště 2			PO	8.30 - 10.00	TJ	hřiště 2				PO	soustředění Sušice		soustředění Sušice			PO	soustředění Sušice		soustředění Sušice					
23.7.	ÚT	8.30 - 10.00	TJ	hřiště 2	13.00 - 14.30	TJ	hřiště 1	ÚT	8.30 - 10.00	TJ	hřiště 2	13.00 - 14.30	TJ	hřiště 1	ÚT	soustředění Sušice		soustředění Sušice			ÚT	soustředění Sušice		soustředění Sušice				
24.7.	ST						ST						ST	soustředění Sušice		soustředění Sušice			ST	soustředění Sušice		soustředění Sušice						
25.7.	ČT	8.30 - 10.00	TJ	hřiště 1	13.00-14.30	TJ	hřiště 2	ČT	8.30 - 10.00	TJ	hřiště 1	13.00-14.30	TJ	hřiště 2	ČT	soustředění Sušice		soustředění Sušice			ČT	soustředění Sušice		soustředění Sušice				
26.7.	PÁ	8.30 - 10.00	TJ	hřiště 2			PÁ	8.30 - 10.00	TJ	hřiště 2				PÁ	soustředění Sušice		soustředění Sušice			PÁ	soustředění Sušice		soustředění Sušice					
27.7.	SO			volno			SO			volno			SO			volno			SO			volno						
28.7.	NE	13.00	PU	Deggendorf - SKD		Deggendorf	NE	11.00	PU	Deggendorf - SKD		Deggendorf	NE			volno			NE			volno						

Datum	U11							U10							U9							U8						
	Hlavní trenér			Radek HRŮZA				Hlavní trenér			Pavel HOUZIM				Hlavní trenér			Radek ALTMANN				Hlavní trenér			Jan MACÍK			
	Asistent trenéra			Matěj KRATOCHVÍL, Stanislav LEGDAN				Asistent trenéra			Pavel ZÁVIŠ, Vojtěch KOUTSKÝ				Asistent trenéra			Petr TOMŠŮ, Lukáš KOČÍ				Asistent trenéra			Zbyněk NĚMECKÝ			
	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo								
22.7.	PO							PO						PO						PO								
23.7.	ÚT							ÚT						ÚT						ÚT								
24.7.	ST							ST						ST						ST								
25.7.	ČT							ČT						ČT						ČT								
26.7.	PÁ							PÁ						PÁ						PÁ								
27.7.	SO							SO						SO						SO								
28.7.	NE							NE						NE						NE								

Datum	U7				U6				BRANKÁŘSKÝ TRÉNINK - DOROST				BRANKÁŘSKÝ TRÉNINK - ŽÁCI + PŘÍPRAVKY			
	Hlavní trenér		Anna MATĚJKOVÁ		Hlavní trenér		Anna MATĚJKOVÁ		Hlavní trenér		Zdeněk KRÍŽEK		Hlavní trenér		Zdeněk KRÍŽEK	
	Asistent trenéra		Petr HASENÖHRL, Radomil PROCHÁZKA		Asistent trenéra		VONDŘYSKOVÁ T., KRATOCHVÍLOVÁ M., BOČKAYOVÁ J.		Asistent trenéra		Jiří NAVRÁTIL		Hlavní trenér		Jiří NAVRÁTIL	
	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo
22.7.	PO				PO				PO				PO			
23.7.	ÚT				ÚT				ÚT				ÚT			
24.7.	ST				ST				ST				ST			
25.7.	ČT				ČT				ČT				ČT			
26.7.	PÁ				PÁ				PÁ				PÁ			
27.7.	SO				SO				SO				SO			
28.7.	NE				NE				NE				NE			

Datum	ŽENY				WU 18 - DOROSTENKY "A"				WU 18 - DOROSTENKY "B"				WU 15 - ŽÁKYNĚ			
	Hlavní trenér				Hlavní trenér		Vladimír BOŽOVSKÝ		Hlavní trenér		Martin DVOŘÁK		Hlavní trenér		Denis PREČLÍK	
	Asistent trenéra				Asistent trenéra		Sebastien BÖHM		Asistent trenéra		Pavel OSMANČÍK		Asistent trenéra			
	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo
22.7.	PO	17.30 - 19.00	TJ	hřiště 2	PO	17.30 - 19.00	TJ	hřiště 1	PO	17.30 - 19.00	TJ	hřiště 1	PO			
23.7.	ÚT	17.30 - 19.00	TJ	hřiště 1	ÚT				ÚT				ÚT			
24.7.	ST				ST	10.00	TJ + PU	hřiště 1	ST	16.00	TJ + OP	hřiště 1	ST			
25.7.	ČT				ČT	17.30 - 19.00	TJ	hřiště 2	ČT	17.30 - 19.00	TJ	hřiště 1	ČT			
26.7.	PÁ	17.30 - 19.00	TJ	hřiště 1	PÁ				PÁ				PÁ			
27.7.	SO	17.00	PU	Ruderting-SKD	Ruderting	SO			SO				SO			
28.7.	NE				NE				NE				NE			
PT	Postový trénink	R, A	Rychlost, Agility	IT	Individuální trénink	S	Síla	A	Atletika	TP	týmová porada	FCM	Figh club Metropol			
MH	Malá hra	VH	Velká hra	TE-TA	Technico-taktický trénink	G	Gymnastika	K	Kompenzace	VIDEO	videorozbor utkání	GCM	Gymnastické centrum Merkur			