

## TÝDENNÍ TRÉNINKOVÝ PLÁN AKADEMIE SK DYNAMO ČESKÉ BUDĚJOVICE (22.4.-29.4.2024)

Datum	U19							U18							U17							U16								
	Hlavní trenér			Stanislav ROŽBOUD				Hlavní trenér			Jiří GERSTNER				Hlavní trenér			Filip TONCAR				Hlavní trenér			Jan KOLČAVA					
	Asistent trenéra			František MERTL				Asistent trenéra			Tomáš PECKA				Asistent trenéra			Marek PETERKA				Asistent trenéra			Václav MÍKA					
	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		
22.4.	PO	10.30-12.00	TJ	FCM	16.00-17.30	TJ	UMT	PO	10.30-12.00	TJ	FCM	16.00-17.30	TJ	UMT	PO	10.30-12.00	TJ	FCM	16.00-17.30	TJ	hala	PO	10.30-12.00	TJ	FCM	16.00-17.30	TJ	hala		
23.4.	ÚT	10.30-12.00	TJ	hala	16.00-17.30	TJ	hala	ÚT	10.30-12.00	TJ	hala	16.00-17.30	TJ	hala	ÚT	10.30-12.00	TJ	hala	16.00-17.30	TJ	UMT	ÚT	10.30-12.00	TJ	hala	16.00-17.30	TJ	UMT		
24.4.	ST	10.30-12.00	TJ	FCM	16.00-17.30	TJ	hřiště 2	ST	10.30-12.00	TJ	FCM	16.00-17.30	TJ	hřiště 2	ST	10.30-12.00	TJ	FCM	16.00-17.30	TJ	UMT	ST	10.30-12.00	TJ	FCM	16.00-17.30	TJ	UMT		
25.4.	ČT				16.00-17.30	ITJ	UMT	ČT				16.00-17.30	ITJ	UMT	ČT				16.00-17.30	ITJ	UMT	ČT				16.00-17.30	ITJ	UMT		
26.4.	PÁ	10.30-12.00	TJ	GCM	16.00-17.30	TJ	hřiště 2	PÁ	10.30-12.00	TJ	GCM	16.00-17.30	TJ	hřiště 2	PÁ	10.30-12.00	TJ	GCM	16.00-17.30	TJ	hřiště 2	PÁ	10.30-12.00	TJ	GCM	16.00-17.30	TJ	hřiště 2		
27.4.	SO	11.30	MU	Frydek Místek-SKD			FM	SO			volno				SO	13.45	MU	Frydek Místek-SKD			FM	SO			volno					
28.4.	NE			volno				NE	10.00	MU	Motorlet Praha-SKD			Praha	NE			volno				NE	12.15	MU	Motorlet Praha-SKD			Praha		
Datum	U15							U14							U13							U12								
	Hlavní trenér			Radim POUZAR				Hlavní trenér			Jiří HRBÁČ				Hlavní trenér			Jiří VLČEK				Hlavní trenér			Petr ČÍŽEK					
	Asistent trenéra			Jakub HRIC				Asistent trenéra			Karel ONDRÁČEK				Asistent trenéra			Boris SIMIČ, Martin ŠUBA				Asistent trenéra			Tomáš MORAVEC					
	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		
22.4.	PO			15.00-16.30	TJ	Hluboká	PO				15.00-16.30	TJ	Hluboká	PO				14.30-16.00	TJ	UMT	PO				14.30-16.00	TJ	UMT			
23.4.	ÚT			15.00-16.30	TJ	ZŠ Máj	ÚT				15.00-16.30	TJ	ZŠ Máj	ÚT				14.30-16.00	TJ	UMT	ÚT				14.30-16.00	TJ	UMT			
24.4.	ST			15.00-16.30	TJ	Hluboká	ST				15.00-16.30	TJ	Hluboká	ST							ST									
25.4.	ČT			15.00-16.30	TJ	bazén	ČT				15.00-16.30	TJ	bazén	ČT				14.30-16.00	TJ	UMT	ČT				14.30-16.00	TJ	UMT			
26.4.	PÁ			14.30-16.00	TJ	hřiště 2	PÁ				14.30-16.00	TJ	hřiště 2	PÁ				14.30-16.00	TJ	UMT	PÁ				14.30-16.00	TJ	UMT			
27.4.	SO			volno				SO			volno				SO			volno				SO			volno					
28.4.	NE	13.00	MU	SKD-Mladá Boleslav			hřiště 3	NE	13.00	MU	SKD-Mladá Boleslav			hřiště 3	NE			volno				NE			volno					
Datum	U11							U10							U9							U8								
	Hlavní trenér			Radek HRŮZA				Hlavní trenér			Petr HASENÖHRL				Hlavní trenér			Pavel HOUZIM				Hlavní trenér			Radek ALTMANN					
	Asistent trenéra			Matěj KRATOCHVÍL, Stanislav LEGDAN				Asistent trenéra			Jan MACÍK, Patrik KOLÁŘ				Asistent trenéra			Míchal JIRÁNEK, Pavel ZÁVIŠ, Vojtěch KOUTSKÝ				Asistent trenéra			Petr TOMŠŮ, Lukáš KOČÍ, Kryštof ALTMANN					
	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo						
22.4.	PO							PO								PO								PO						
23.4.	ÚT	16.30-19.00	TJ			UMT		ÚT	17.30-19.00	TJ			UMT		ÚT	17.30-19.00	TJ + OP		hřiště 4				ÚT	17.30-19.00	TJ + OP			hřiště 4		
24.4.	ST	17.30-19.00	TJ			hřiště 2		ST	17.30-19.00	TJ			hřiště 2		ST	17.30-19.00	TJ		hala				ST	17.30-19.00	TJ		hala			
25.4.	ČT	17.30-19.00	TJ			UTM		ČT	17.30-19.00	TJ			UMT		ČT	17.30-19.00	TJ		hala				ČT	17.30-19.00	TJ		hala			
26.4.	PÁ	17.30-19.00	ITJ			UMT		PÁ	17.30-19.00	ITJ			UMT		PÁ	17.30-19.00	ITJ		UMT				PÁ	17.30-19.00	ITJ		UMT			
27.4.	SO	10.00	PU	Miniliga v Benešově			Benešov	SO	10.00	PU	Miniliga v Sezimově Ústí			SÚ	SO	14.00	PU	SKD-LASK Linz/Turnaj Okříšky			hřiště 2	SO			volno					
28.4.	NE			volno				NE			volno					NE			volno					NE			volno			

Datum	U7				U6				BRANKÁŘSKÝ TRÉNINK - DOROST				BRANKÁŘSKÝ TRÉNINK - ŽÁCI + PŘÍPRAVKY						
	Hlavní trenér		Anna MATĚJKOVÁ		Hlavní trenér		Anna MATĚJKOVÁ		Hlavní trenér		Jiří NAVRÁTIL		Hlavní trenér		Jiří NAVRÁTIL				
	Asistent trenéra		Radomil PROCHÁZKA		Asistent trenéra		VONDŘYSKOVÁ T., KRATOCHVÍLOVÁ M., MANOVÁ K., BOČKAVOVÁ J.		Asistent trenéra		Marek HANUS		Hlavní trenér		Marek HANUS				
	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	čas	činnost	místo
22.4.	PO	17.30-19.00	TJ	hřiště 4	PO	17.00-18.00	TJ	hala Trocnovská	PO				PO						
23.4.	ÚT				ÚT	17.00-18.00	TJ	hala Trocnovská	ÚT				ÚT						
24.4.	ST	17.30-19.00	TJ	hřiště 2	ST				ST				ST						
25.4.	ČT				ČT	17.00-18.00	TJ	hala Trocnovská	ČT				ČT						
26.4.	PÁ				PÁ				PÁ				PÁ						
27.4.	SO				SO				SO				SO						
28.4.	NE	9.00	PU	Triangl - SKD, FCT, FOŠ Třebíč	hřiště 2	NE	9.00	PU	Triangl - SKD, FCT, FOŠ Třebíč	hřiště 2	NE		NE						
Datum	ŽENY				WU 18 - DOROSTENKY				WU 15 - ŽÁKYNĚ				BRANKÁŘSKÝ TRÉNINK - ŽENY, DOROSTENKY, ŽÁKYNĚ						
	Hlavní trenér		Diana BENÁTOVÁ		Hlavní trenér		Martin DVOŘÁK		Hlavní trenér		Vladimír BOŽOVSKÝ		Hlavní trenér		Jiří NAVRÁTIL				
	Asistent trenéra		Sebastien BÖHM		Asistent trenéra		Martin SLADKÝ		Asistent trenéra		Denis PRECLÍK		Asistent trenéra		Marek HANUS				
	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo	den	čas	činnost	místo			
22.4.	PO	17.30-19.00	TJ	UMT	PO	17.30-19.00	TJ	UMT	PO	17.30-19.00	TJ	UMT	PO						
23.4.	ÚT	17.30-19.00	TJ	UMT	ÚT				ÚT				ÚT						
24.4.	ST				ST	17.00-18.30	TJ + OP	UMT	ST	17.00-18.30	TJ	hala	ST						
25.4.	ČT				ČT	17.30-19.00	TJ	hřiště 2	ČT	17.30-19.00	TJ	hřiště 2	ČT						
26.4.	PÁ	17.30-19.00	TJ	hřiště 2	PÁ				PÁ				PÁ						
27.4.	SO	13.00	MU	SKD-Bohemians	hřiště 3	SO			SO				SO						
28.4.	NE			volno	NE	10.00	MU	SKD-Mělník	hřiště 2	NE	17.00	MU	SKD-Teplíce	hřiště 2	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					