

TRÉNINKY „A“ TÝMU A JUNIORŮ RC BYSTRC V ÚNORU 2013

DEN	DATUM	ZAČÁTEK	MÍSTO	TRÉNINK
pátek	1.2.2011	19 h	TAK HELAS - Rečkovice	zápasnická žiněnka 90 min.
Sobota	2.2.2011	10 h	Brněnská přehrada - hráz	atletika - schody 60 min.
neděle	3.2.2011	17 h	Hřiště RC Bystrc - sauna	regenerace
pondělí	4.2.2011		VOLNÝ DEN	VOLNÝ DEN
úterý	5.2.2011	20 h	SK LISEN - umělý povrch	ragby tréninky - hra s opozicí 60 min.
středa	6.2.2011		VOLNÝ DEN	VOLNÝ DEN
čtvrtek	7.2.2011	19 h	Hřiště RC Bystrc - OBI	atletika - intervalové běhy 60 min.
pátek	8.2.2011	19 h	TAK HELAS - Rečkovice	zápasnická žiněnka 90 min.
sobota	9.2.2011	10 h	Brněnská přehrada - hráz	atletika - schody 60 min.
neděle	10.2.2011	17 h	Hřiště RC Bystrc - sauna	regenerace
pondělí	11.2.2011		VOLNÝ DEN	VOLNÝ DEN
úterý	12.2.2011	20 h	SK LISEN - umělý povrch	ragby tréninky - hra s opozicí 60 min.
středa	13.2.2011		VOLNÝ DEN	VOLNÝ DEN
čtvrtek	14.2.2011	19 h	Hřiště RC Bystrc - OBI	atletika - intervalové běhy 60 min.
pátek	15.2.2011	19 h	TAK HELAS - Rečkovice	zápasnická žiněnka 90 min.
sobota	16.2.2011	10 h	Brněnská přehrada - hráz	atletika - schody 60 min.
Neděle	17.2.2011	17 h	Hřiště RC Bystrc - sauna	regenerace
pondělí	18.2.2011		VOLNÝ DEN	VOLNÝ DEN
úterý	19.2.2011	20 h	SK LISEN - umělý povrch	ragby tréninky - hra s opozicí 60 min.
středa	20.2.2011		VOLNÝ DEN	VOLNÝ DEN
čtvrtek	21.2.2011	19 h	Hřiště RC Bystrc - OBI	atletika - intervalové běhy 60 min.
pátek	22.2.2011	19 h	TAK HELAS - Rečkovice	zápasnická žiněnka 90 min.
sobota	23.2.2011	10 h	Brněnská přehrada - hráz	atletika - schody 60 min.
neděle	24.2.2011	17 h	Hřiště RC Bystrc - sauna	regenerace
pondělí	25.2.2011		VOLNÝ DEN	VOLNÝ DEN
úterý	26.2.2011	20 h	SK LISEN - umělý povrch	ragby tréninky - hra s opozicí 60 min.
středa	27.2.2011		VOLNÝ DEN	VOLNÝ DEN
čtvrtek	28.2.2011	19 h	Hřiště RC Bystrc - OBI	atletika - intervalové běhy 60 min.

TAK HELAS - Horácké náměstí 15 (ČÍSTA OBUV!!!!)

SK LÍNĚŇ - Kučerova 4 (OBUV NA SYNTETICKÝ POVRCH!!!!)



RCB
RUGBY CLUB BYSTRC
SINCE 1953

TRENÉR
Ivan Elzner
Martin Kuchár
Dan Beneš
Martin Kuchár
Ivan Elzner
Martin Kuchár
Dan Beneš
Martin Kuchár
Ivan Elzner
Martin Kuchár
Dan Beneš
Martin Kuchár
Ivan Elzner
Martin Kuchár
Dan Beneš
Martin Kuchár