

Plavecký klub ORCA Bratislava
ROZPIS TRÉNINGOV v týždni 26. 6. – 2. 7. 2023
po podujatí MSR starších žiakov a pred podujatím Ružinovský plavecký maratón v DP

Skupiny Š1

- 26. 6. 2023 (PO): 06.00 – 07.00 (v-STU), 14.30 – 16.30 (v-STU25)
- 27. 6. 2023 (UT): 06.00 – 07.00 (s-FI), 14.30 – 16.00 (v-STU25)
- 28. 6. 2023 (ST): 06.00 – 07.00 (v-STU25), 15.00 – 16.00 (s-FI)
- 29. 6. 2023 (ŠT): 06.00 – 07.00 (v-STU25), 18.30 – 19.30 (v-STU25)
- 30. 6. 2023 (PI): 06.00 – 07.00 (v-STU)
- 1.7.2023 (SO): dobrovoľné preteky v diaľkovom plávaní „Ružinovský plavecký maratón“ (MSR na 3km a 7,5km)

Skupina Š2

- 26. 6. 2023 (PO): 06.00 – 07.00 (v-STU), 14.30 – 15.30 (v-STU25)
- 27. 6. 2023 (UT): 06.00 – 07.00 (s-FI), 18.30 – 19.30 (v-STU25)
- 28. 6. 2023 (ST): 06.00 – 07.00 (v-STU25), 15.00 – 16.00 (s-FI)
- 29. 6. 2023 (ŠT): 06.00 – 07.00 (v-STU25), 17.30 – 18.30 (v-STU25)
- 30. 6. 2023 (PI): 06.00 – 07.00 (v-STU)
- 1.7.2023 (SO): dobrovoľné preteky v diaľkovom plávaní „Ružinovský plavecký maratón“ (MSR na 3km a 7,5km)

Skupina Š3

- 26. 6. 2023 (PO): 17.30 – 18.30 (v-STU25)
- 27. 6. 2023 (UT): 16.00 – 17.00 (v-STU25)
- 28. 6. 2023 (ST): 06.00 – 07.00 (s-STU), 17.30 – 18.30 (v-STU25)
- 29. 6. 2023 (ŠT): 15.00 – 16.00 (v-STU25)
- 30. 6. 2023 (PI): voľno

Skupiny Š4

- 26. 6. 2023 (PO): 16.30 – 17.30 (s-STU25 – deti, ktoré boli na MSR starších žiakov voľno)
- 27. 6. 2023 (UT): 17.00 – 18.30 (v-STU25)
- 28. 6. 2023 (ST): 06.00 – 07.00 (s-STU), 14.30 – 15.30 (v-STU25)
- 29. 6. 2023 (ŠT): 16.00 – 17.30 (v-STU25)
- 30. 6. 2023 (PI): voľno
- 1.7.2023 (SO): dobrovoľné preteky v diaľkovom plávaní „Ružinovský plavecký maratón“ (MSR na 3km a 7,5km)

Skupiny Š5

- 26. 6. 2023 (PO): 16.30 – 17.30 (s-STU25 – deti, ktoré boli na MSR starších žiakov voľno)
- 27. 6. 2023 (UT): 16.00 – 17.30 (v-STU25)
- 28. 6. 2023 (ST): 06.00 – 07.00 (s-STU), 14.30 – 15.30 (v-STU25)
- 29. 6. 2023 (ŠT): 16.00 – 17.30 (v-STU25)
- 30. 6. 2023 (PI): voľno
- 1.7.2023 (SO): dobrovoľné preteky v diaľkovom plávaní „Ružinovský plavecký maratón“ (MSR na 3km a 7,5km)

Skupiny Š6

- 26. 6. 2023 (PO): 16.30 – 17.30 (s-STU25), 17.30 – 18.30 (v-STU25)
- 27. 6. 2023 (UT): 16.00 – 17.00 (v-STU25)
- 28. 6. 2023 (ST): 17.30 – 18.30 (v-STU25)
- 29. 6. 2023 (ŠT): 15.00 – 16.00 (v-STU25)
- 30. 6. 2023 (PI): voľno

Skupiny Š7

- 26. 6. 2023 (PO): 16.30 – 17.30 (s-STU25)
- 27. 6. 2023 (UT): 14.30 – 16.00 (v-STU25)
- 28. 6. 2023 (ST): 15.30 – 16.30 (v-STU25)
- 29. 6. 2023 (ŠT): 15.00 – 16.00 (v-STU25)
- 30. 6. 2023 (PI): voľno
- 1.7.2023 (SO): dobrovoľné preteky v diaľkovom plávaní „Ružinovský plavecký maratón“ (MSR na 3km a 7,5km)

Skupiny P1+P2+P3

- 26. 6. 2023 (PO): 15.30 – 16.30 (s-STU), 16.30 – 17.30 (v-STU25)
- 28. 6. 2023 (ST): 16.30 – 17.30 (v-STU25)