

	po	út	st	čt	pá	so	ne	Celkem
	11. 9.	12. 9.	13. 9.	14. 9.	15. 9.	16. 9.	17. 9.	
DZ								
JZ VODA								
JZ SUCHO								
ZÁVODY								
STARTY								
REGENERACE								
NEMOC								
ZO								
VOLNO								
HZ CELKEM	05:00	04:00	05:00	03:00	05:00	05:00		27:00
HZ CELKEM DOPO	03:00	03:00	03:00	03:00	03:00	03:00		18:00
HZ CELKEM ODPO	02:00	01:00	02:00		02:00	02:00		09:00
HZ VODA	04:00	03:00	04:00	02:00	04:00	04:00		21:00
HZ VODA DOPO	02:00	02:00	02:00	02:00	02:00	02:00		12:00
HZ VODA ODPO	02:00	01:00	02:00		02:00	02:00		09:00
KM CELKEM	12,2	9,9	11,7	6,9	13,5	11,7		65,9
KM CELKEM DOPO	6,8	6,4	5,2	6,9	7	6		38,3
KM CELKEM ODPO	5,4	3,5	6,5		6,5	5,7		27,6
NOHY	2,65	1,475	2,2	0,6	1,25	2,35		10,525
NOHY DOPO	1,75	0,975	1,5	0,6	0,5	1,35		6,675
NOHY ODPO	0,9	0,5	0,7		0,75	1		3,85
AEROBNÍ ZATÍŽENÍ								
AEROBNÍ DOPO								
AEROBNÍ ODPO								
ANAEROBNÍ ZATÍŽENÍ								
ANAEROBNÍ DOPO								
ANAEROBNÍ ODPO								
ALAKTÁTOVÉ ZATÍŽENÍ								
ALAKTÁTOVÉ DOPO								
ALAKTÁTOVÉ ODPO								
TECHNIKA								
TECHNIKA DOPO								
TECHNIKA ODPO								
HZ SUCHO	01:00	01:00	01:00	01:00	01:00	01:00		06:00
HZ SUCHO DOPO	01:00	01:00	01:00	01:00	01:00	01:00		06:00
HZ SUCHO ODPO								