

**Rozvrh tréninku oddílu moderní gymnastiky
září 2013 - prosinec 2013 – jednotlivkyně a společné skladby**

Trenéři:

Ivana Holá - SCM (Sportovní centrum mládeže), trenérka I. třídy

Věra Horváthová - trenérka II třídy

Iveta Šimůnková - trenérka I. třídy

Ludvík Vidlák –Sps, SCM, baletní mistr, trenér II. třídy

Martina Illichová – trenérka III. třídy, studentka FTVS UK

Lucie Kubištová – trenérka III. třídy

Jan Novosad – kondiční trenér

Dagmar Olešovská

Tréninkové skupiny:

Seniorky (sk. č. 1):

Ježová Aneta

Trublová Sabina

Rájecká Anna

Semelová Ludmila

Kheilová Andrea

Široká Lenka

Juniorky (sk. č. 2):

Hledíková Barbora

Lohynská Tereza

Javůrková Adéla

Marešová Johana

Königová Belinda

Tomková Anna

Křepelková Nikola

Kadetky, Dorostenky – Seniorky A (sk. č. 3):

Hanusová Kateřina

Simotics Yvett

Hošcálková Julie

Saglová Tereza

Matsakyanová Viktorie

Zikmundová Klára

Naděje mladší a starší (sk. č. 4):

Alföldi Linda

Lipowska Johana

Gabrielová Tarja

Sirotenko Žeňa

Enriquezová Jennifer

Straková Lucie

Křištofová Marie

Vondráková Johana

Naděje nejmladší a mladší (sk. č. 5):

Böhmová Nikola

Polláková Eliška

Kalendová Anna

Tomanová Tereza

Lipowska Karolina

Zarikova Lucie

Melíšková Karolína

Zelbová Antonie

Ostatní jména zařazených závodnic se dozví rodiče od odpovědných trenérů.

Předškolní, 1. třída, nově příchozí gymnastky (sk. č. 6, sk. č.7):

Jména si doplní odpovědní trenéři, první hodina proběhne společně ve čtvrtek 12.9. 2013.Z důvodu velkého počtu dětí bude skupina rozdělena na dvě poskupiny.

Oddíl MG – Taneční moderní gymnastika (sk. č. 8):

Jména si doplní odpovědní trenéři.

**U hodin, kde je uvedena poznámka „TJ“, platí, že probíhají v hale TJ JM Chodov.
U hodin, kde je uvedena poznámka „ZŠ“, platí, že probíhají v hale ZŠ Květnového
Vítězství II.**

Tréninky – skupiny číslo 1, 2, 3 (seniorky, juniorky, seniorky A):

Po

9,30 – 12,00 TJ

14,00 - 15,30 balet-malý sál TJ (1, 2) 15,00 - 17,00 TJ (1, 2, 3)

Út

15,30 - 17,00 balet-malý sál TJ (1, 2) 16,30 - 19,00 ZŠ (3)
17,10 - 19,00 ZŠ (1, 2)

St

15,30 - 17,00 balet-malý sál TJ (3) 17,10 - 19,00 ZŠ (3)
16,00 - 20,00 ZŠ (1, 2)

Čt

14,00 - 17,30 TJ (1, 2, 3)

Pá

10,00 – 12,30 TJ

14,00 - 15,30 balet-malý sál TJ (1, 2) 15,00 - 17,00 TJ (1, 2, 3)
17,00 - 19,00 ZŠ (1, 2, 3)

So 10,00 – 16,00 ZŠ Kvetn. Vítězství II.

Ne 9,00 – 16,00 ZŠ Kvetn. Vítězství II.

V hodinách baletní přípravy trenérka Holá, Šimůnková připravují choreografie volných sestav, společných skladeb, zápisu volných sestav s jednotlivými členkami SCM, Sps a oddílu MG.

V nepřítomnosti I. Holé – předsedkyně oddílu MG Ideastav Chodov (např. závody, nemoc, organizační činnost) - zastupující trenéři Iveta Šimůnková a Ludvík Vidlák rozdělí pracovní náplň ve spolupráci s ostatními trenéry.

Povinnostmi členek SCM je řádně docházet na tréninky, ve stanovených termínech platit oddílové příspěvky a případně se řádně omlouvat (platí pro všechny členky oddílu).

Konzultační hodiny vedoucí trenérky SCM Ivany Holé jsou kdykoliv po předchozí domluvě.

Tréninky – skupina číslo 4 „Hrášci“:

Po

9:30 – 12:00 TJ (po domluvě s L. Vidlákem, I. Holou)

14:00 – 15:30 baletní sál TJ 15:30 – 17:00 TJ

Út

16:00 – 19:00 ZŠ

St

15:30 – 17:00 baletní sál TJ 17:10 - 19:00 ZŠ

Čt

14:00 – 17:30 TJ

Pá

10:00 – 12:30 TJ (po domluvě s L. Vidlákem, I. Holou)

14:00 – 15:30 baletní sál TJ 15:45 – 17:30 ZŠ

So 9,00 – 16,00 ZŠ - termíny budou upřesněny (září, říjen)

Ne 9,00 – 16,00 – ZŠ - termíny budou upřesněny (září, říjen)

Tréninky – skupina číslo 5 (naděje mladší - obručenky):

Po

9:30 – 12:00 TJ (po domluvě s L. Vidlákem, I. Holou)

15:00 – 17:00 TJ

17:00 – 18:00 malý sál TJ

Út

14:00 - 15:40 baletní sál TJ

16:00 – 17:45 ZŠ

St

14:00 - 15:40 baletní sál TJ

16:00 - 17:45 ZŠ

Čt

14:00 – 17:30 TJ

Pá

10:00 – 12:30 TJ (po domluvě s L. Vidlákem, I. Holou)

14:00 – 17:30 ZŠ

So 9,00 – 16,00 ZŠ - termíny budou upřesněny (září, říjen)

Ne 9,00 – 16,00 – ZŠ - termíny budou upřesněny (září, říjen)

Předškolní, 1. třída, nově příchozí gymnastky (sk. č. 6, sk. č.7):

Jména si doplní odpovědní trenéři, první hodina proběhne společně ve čtvrtek 12.9. 2013 společně. Z důvodu velkého počtu dětí bude skupina rozdělena na dvě poskupiny.

Skupina č. 6

Út 17:00 – 18:00 malý sál TJ

Čt 14:00 – 15:00

Pá 14:00 – 15:30

Skupina č. 7

Po 16:00 – 17:00 ZŠ

Čt 15:00 – 16:00 TJ

Oddíl MG – Taneční moderní gymnastika (sk. č. 8):

Jména si doplní odpovědní trenéři.

Tréninky – skupina číslo 8:

Po 15,15 – 17,00 ZŠ

Pá 14,00 – 15,30 ZŠ

Tento rozvrh pro celý oddíl MG platí od 2.9. 2013. !!!ZMĚNY VYHRAZENY!!! Od ledna 2014 bude platit nový tréninkový rozvrh dle rozdělení do skupin.

Všichni rodiče budou včas informováni na schůzce SCM, Sps a oddílu, dále prostřednictvím webových stránek.

Ivana Holá, Předsedkyně oddílu MG Ideastav Chodov