

LISTOPAD 2009.

Nedjelja	Ponedjeljak	Utorak	Srijeda	Četvrtak	Petak	Subota
				1	2	3
4	5	6	7 Kondicijski trening (trčanje Korana) U 20:00h na atletskom voditelj: Bonetić	8	9 Trening brzine (trčanje i utezi Korana) U 19:30h na atletskom voditelj: Podrebarac	10
11 Bicikl (vožnja Kozjača) U 14:00H kod Doma HV voditelj: Tomašić	12	13	14 Kondicijski trening (trčanje Korana) U 20:00h na atletskom voditelj: Bonetić	15	16 Trening brzine (trčanje Korana) U 19:30h na atletskom voditelj: Tomašić	17
18 Bicikl (vožnja Kozjača) U 14:00H kod Doma HV voditelj: Podrebarac	19	20	21 Kondicijski trening (trčanje Korana) U 20:00h na atletskom voditelj: Tomašić	22	23 Trening brzine (trčanje i utezi Korana) U 19:30h na atletskom voditelj: Podrebarac	24
25 Bicikl (vožnja Kozjača) U 14:00H kod Doma HV voditelj: Bonetić	26	27	28 Kondicijski trening (trčanje Korana) U 20:00h na atletskom voditelj: Podrebarac	29	30 Trening brzine (trčanje i utezi Korana) U 19:30h na atletskom voditelj: Bonetić	31
Napomene:						
Postoji mogućnost promjene voditelja u pojedinim terminima zbog njihove spriječenosti.						
Treninzi se u slučaju lošeg vremena odgađaju i prebacuju na neki drugi dan.						
Na sve treninge potrebno obavezno ponesti bidon sa vodom, a na treninge na biciklu također kacigu i rezervnu zračnicu.						