

# Režim výuky a sportovní přípravy

|         | 1.        | 2.        | 3.        | 4.                                               | 5.          | 6.                 | 7.          | 8.                              | 9.          | 10.                                | 11. |
|---------|-----------|-----------|-----------|--------------------------------------------------|-------------|--------------------|-------------|---------------------------------|-------------|------------------------------------|-----|
|         | 7:10-7:55 | 8:00-8:45 | 8:50-9:35 | 9:55-10:40                                       | 10:50-11:35 | 11:40-12:25        | 12:30-13:15 | 13:45-14:30                     | 14:35-15:20 |                                    |     |
| pondělí |           | výuka     |           | sportovní příprava - dopolední fáze cca do 12:00 |             |                    | výuka       |                                 |             | sportovní příprava- odpolední fáze |     |
| úterý   | výuka     |           |           | sportovní příprava - dopolední fáze cca do 12:00 |             |                    | výuka       |                                 |             | sportovní příprava- odpolední fáze |     |
| středa  | výuka     |           |           |                                                  |             |                    |             | sportovní příprava - regenerace |             |                                    |     |
| čtvrtek | výuka     |           |           | sportovní příprava - dopolední fáze cca do 12:00 |             |                    | výuka       |                                 |             | sportovní příprava- odpolední fáze |     |
| pátek   | výuka     |           |           |                                                  |             | sportovní příprava |             |                                 |             |                                    |     |

Pozn: V rámci sportovní přípravy u různých sportů jsou v rozvrhu drobné odlišnosti.