

"Амур"

**ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН НА Август 2022 года
Стадион "Энергия"**

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
08.08.22	09.08.22	10.08.22	11.08.22	12.08.22	13.08.22	14.08.22
		9.00-11.00 Нормативы (дорожки)	8.00-10.15 Амур 2015 (поле)	9.00-11.00 Нормативы (дорожки)		
9.00-10.30 Амур 2013 (0,5 поля)	9.00-10.30 Амур 2013 (0,5 поля)	9.00-10.30 Амур 2013 (поле)	9.00-10.30 Амур 2013 (0,5 поля)	9.00-10.30 Амур 2013 (поле)	9.00-10.30 Амур 2013 (поле)	
			11.00-12.00 Амур 2006 (поле)	11.00-12.00 Амур 2006 (поле)		
12.15- 13.30 Амур 2010 (поле, дорожки)						