

PŘEDBĚŽNÝ HARMONOGRAM II. KOLA VSTUPNÍCH TESTŮ SCM 2024  
PRAHA, 24. - 26. 11. 2023

Testování závodníci budou rozděleni do dvou skupin. První skupina absolvuje testování v pátek 24. 11. a v sobotu 25. 11. Druhá skupina pak absolvuje testování v sobotu 25. 11. a v neděli 26. 11. Při rozdělení do skupin bude brán zřetel na vzdálenost daného klubu od Prahy.

SLUPINA 1

PÁTEK 24. 11.	7:30 - 10:45	antropometrie	Praha - Podolí
	8:30 - 11:45	skok daleký	Praha - Podolí
	8:40 - 11:55	shyb	Praha - Podolí
	9:00 - 14:30	flexibilita	Praha - Podolí
	12:00 - 15:50	trenažér	Praha - Podolí
SOBOTA 25. 11.	8:30 - 11:45	"čisté paže"	Praha - Podolí
	9:10 - 12:20	bench press	Praha - Podolí
	11:30 - 15:20	běh na 60 metrů	Praha 4 - bude upřesněno
	12:00 - 16:00	běh na 3000 metrů	Praha 4 - bude upřesněno
	14:30 - 18:00	plavání	Praha - Zelený Pruh

SLUPINA 2

SOBOTA 25. 11.	7:30 - 10:45	antropometrie	Praha - Podolí
	8:30 - 11:45	skok daleký	Praha - Podolí
	8:40 - 11:55	shyb	Praha - Podolí
	9:00 - 14:30	flexibilita	Praha - Podolí
	12:00 - 15:50	trenažér	Praha - Podolí
NEDĚLE 26. 11.	8:30 - 11:45	"čisté paže"	Praha - Podolí
	9:10 - 12:20	bench press	Praha - Podolí
	11:30 - 15:20	běh na 60 metrů	Praha 4 - bude upřesněno
	12:00 - 16:00	běh na 3000 metrů	Praha 4 - bude upřesněno
	14:30 - 18:00	plavání	Praha - Zelený Pruh