

Činnosť Plaveckého klubu ORCA Bratislava v plaveckej sezóne 2021/2022

ŠPORTOVÉ PLÁVANIE

TOP1:	r. 2006-1996	(17V / 18V + 3S)	Tréner: Jiří Adámek
PO:	06.00 – 07.00/08.00	(PP25/v)	14.15 – 15.15 (FI/s), 15.30 – 17.30 (P50/v)
UT:	06.00 – 07.30	(P50/v)	15.30 – 17.30 (P50/v)
ST:	06.00 – 07.30	(P50/v)	14.15 – 15.15 (FI/s), 15.30 – 17.30 (P50/v)
ŠT:	06.00 – 07.30	(P50/v)	14.15 – 15.15 (FI/s), 15.30 – 17.30 (P50/v)
PI:	06.00 – 07.30	(P50/v)	15.30 – 17.30 (P50/v)

TOP2:	r. 2008-2003	(14V + 3S)	Tréner: Miloš Božík
PO:	05.50 – 07.20	(ZSP25/v)	14.30 – 16.30 (P50/v)
UT:	06.00 – 07.00	(FI/s)	14.30 – 16.00 (P50/v)
ST:	05.50 – 07.20	(ZSP25/v)	15.30 – 17.30 (P50/v)
ŠT:	06.00 – 07.00	(ZSP/s)	14.30 – 16.30 (P50/v)
PI:	05.50 – 07.20	(ZSP25/v)	14.15 – 15.15 (FI/s), 15.30 – 17.30 (P50/v)

Š1:	r. 2009-2008	(11,5V + 2S)	Tréner: Irena Adámková (v), Eva Fratričová (s)
PO:	06.00 – 07.00	(PP25/v)	15.30 – 16.30 (P50/v)
UT:	06.00 – 07.00	(P50/v)	16.00 – 17.30 (P50/v)
ST:	06.00 – 07.00	(ZSP/s)	14.30 – 16.30 (P50/v)
ŠT:	06.00 – 07.00	(P50/v)	15.30 – 17.30 (P50/v)
PI:	06.00 – 07.00	(ZSP/s)	14.30 – 16.30 (P50/v)

Š2:	r. 2010-2009	(9V + 3S)	Tréner: Lukáš Veizer (v+s), Eva Fratričová (s)
PO:	06.00 – 07.00	(ZSP/s)	15.00 – 17.00 (ZSP/v)
UT:	05.50 – 07.20	(ZSP25/v)	15.00 – 16.00 (ZSP/s)
ST:	x		16.00 – 18.00 (ZSP/v)
ŠT:	x		15.00 – 16.00 (ZSP/v)
PI:	06.00 – 07.00	(P50/v)	16.30 – 18.00 (ZSP/v)

Š3:	r. 2011-2012	(6V + 2S)	Tréner: Lukáš Veizer (v), Eva Fratričová (s)
PO:	x		17.00 – 18.00 (ZSP/v)
UT:	06.00 – 07.00	(ZSP/s)	15.00 – 16.00 (ZSP/v)
ST:	x		15.00 – 16.00 (ZSP/v)
ŠT:	05.50 – 07.20	(ZSP25/v)	15.00 – 16.00 (ZSP/s)
PI:	x		15.00 – 16.30 (ZSP/v)

Š4:	r. 2013-2014	(3V + 1S)	Tréner: Eva Fratričová
PO:	x		14.00 – 15.00 (ZSP/v)
UT:	x		x
ST:	x		14.00 – 15.00 (ZSP/v)
ŠT:	06.00 – 07.00	(ZSP/s)	x
PI:	x		14.00 – 15.00 (ZSP/v)

ŠPORTOVÉ PLÁVANIE / HOBBY

MASTERS:	r. 1996-2006	(3V + 0S)	Tréner: Irena Adámková
PO:	x		16.30 – 17.30 (P50/v)
UT:	x		x
ST:	x		16.30 – 17.30 (P50/v)
ŠT:	x		x
PI:	x		16.30 – 17.30 (P50/v)

MASTERS:	r. 1922-1996	(1V + 0S)	Tréner: Jiří Adámek
PO:	x		x
UT:	x		x
ST:	x		20.30 – 21.30 (P50/v)
ŠT:	x		x
PI:	x		x

ŠPORTOVÉ PLAVECKÉ PRÍPRAVKY

P1:	r. 2014-2015	(2V + 1S)	Tréner: Lukáš Veizer (v+s), Eva Fratričová (v)
PO:	x		x
UT:	x		14.00 – 15.00 (ZSP/v)
ST:	x		14.00 – 15.00 (ZSP/s)
ŠT:	x		14.00 – 15.00 (ZSP/v)
PI:	x		x
P2:	r. 2012-2013	(2V + 0S)	Tréner: Eva Fratričová (v), Lukáš Veizer (v)
PO:	x		x
UT:	x		16.00 – 17.00 (ZSP/v)
ST:	x		x
ŠT:	x		16.00 – 17.00 (ZSP/v)
PI:	x		x
P3:	r. 2011 – 2013	(2V + 0S)	Tréner: Irena Adámková (v), Zuzana Košťálová (v)
PO:	x		x
UT:	x		14.30 – 15.30 (P25/v)
ST:	x		x
ŠT:	x		14.30 – 15.30 (P25/v)
PI:	x		x

Vysvetlivky:

ZŠP (ZŠ Pankúchova 4), P (50m bazén Pasienky), PP (Petržalská plaváreň), FI (FitInn – VIVO)

v (plavecký tréning), s (kondičný tréning)