

Týždenný mikrocykľus FK Železiarne Podbrezová a.s.

| | | Týždenný mikrocykľus FK Železiarne Podbrezová a.s. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|-----------|--|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--|--|--|--|---|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|---------------------|--|--|
| | | II.L | | I.LSD | | I.LMD | | I.LSŽ | | I.LMŽ | | PRÍPRAVKY | | | | | JUNIOVKY | Značky | VALSKÁ | BREZNO | | |
| | | MUŽI | U19 | U17 | U16 | U15 | U14 | U13 | U12 | U11 | U10 | U9 | U8 | U7 | WU19 | WU15 | MUŽI | MUŽI | DORAST/ŽIACI | Prípravky | | |
| | 2003-2004 | 2005 | 2006 | 2007 | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2003 | 2007 | | | U19,U17 | U15,U13 | PROJEKT | | | |
| Pondelok | 07.02. | sústredenie | 14:30sila Lopej/16:30 Skalica | 15:00-16:30 Skalica/17:00 sila Lopej | 15:00-16:30 Skalica/17:00 sila Lopej | 14:45 - 16:30 P2 | 14:45 - 16:30 P2 | 15:00 - 16:30 Štiavnička | 15:00-16:30 Telocvična Lopej | 15:00-16:30 Telocvična Lopej | 15:00- 16:00 Telocvična Mazornik | | 16:00- 17:00 Telocvična Mazornik | 16:00-17:00 Telocvična Mazornik | 17:00 - 18:30 Štiavnička | 17:00 - 18:30 Štiavnička | | 16.30 UT P2 | 15.30 Mazornik | 15.30 Mazornik | | |
| | 08.02. | sústredenie | 7:00 - 9:15 Skupinové tréningy Lopej | 7:00 - 9:15 Skupinové tréningy Lopej | 7:00 - 9:15 Skupinové tréningy Lopej | | | 9,50-11,30 Športová príprava 5-7 ročník | 8,00-9,40 Športová príprava 6 ročník | 9,50-11,30 Športová príprava 5-7 ročník | | | | | | | | | 15.00 UT P2 | 15.00 UT P2 | | |
| Utorok | 08.02. | sústredenie | 14:30-16:00 Skalica | 16:00-17:30 Skalica | 16:00-17:30 Skalica | 15:00-16:30 UT Lopej | 15:00 - 16:30 Štiavnička | 14:00-15:00 UT P2 | 14:00-15:00 UT P2 | 14:00-15:00 UT P2 | 17,00- 18,15 Telocvična P2 | 16.30 - 18.00 Telocvična Mazornik | | | | 18:30 Skalica + Hronec | | 17.00 UT P2 | | | | |
| | 09.02. | | Sila - ráno individuálne (Klusy) | Sila - ráno individuálne (Klusy) | Sila - ráno individuálne (Klusy) | 8:45-9,40 Športová príprava 8-9 ročník | 8:45-9,40 Športová príprava 8-9 ročník | | | | | | | | 17,00- 18,15 Telocvična P2 | | | | 16.30 hala Mazornik | 16.30 hala Mazornik | | |
| Streda | 09.02. | sústredenie | 14:40 - 16:15 Sila+ Skalica | 16:00-17:30 Skalica | 16:00-17:30 Skalica | 14:45 - 16:30 P2 | 14:45 - 16:30 P2 | 15:00 - 16:30 Štiavnička | 15:00-16:30 Telocvična Lopej | 15:00-16:30 Telocvična Lopej | | | | 15,00 Malá UT Lopej | 15,00 Malá UT Lopej | | 17,45 hala Mazornik | 17,00 UT P2 | | | | |
| | 10.02. | | Sila - ráno individuálne (Klusy) | | | 13:30-15:00 Športová príprava 8-9 ročník | 13:30-15:00 Športová príprava 8-9 ročník | 13:30-15:00 Športová príprava 7-6 ročník | 13:30-15:00 Športová príprava 7-5 ročník | | 18,00 - 19,00 Telocvična Mazornik | 17,00- 18,15 Telocvična P2 | | 17,00 - 18:30 Štiavnička | 17,00 - 18:30 Štiavnička | 18,00 Podkonice (Skalica) | | 17,00 UT P2 | 15,00 UT P2 | | | |
| Piatok | 11.02. | sústredenie | 13:00-14:30 Skalica | 16:00-17:30 Skalica | 16:00-17:30 Skalica | 14:30-15:45 Skalica | 14:30-15:45 Skalica | 14:45 - 16:30 P2 | 14:45 - 16:30 P2 | 14:45 - 16:30 P2 | 15,00 - 16,30 Telocvična Mazornik | 17,00- 18,15 Telocvična P2 | | | | Brezno (Skalica) Orechová Potôň 18,00 | | 17,00 UT Skalica | 16,30 hala Mazornik | 16,30 hala Mazornik | | |
| | 12.02. | Bmo (Brno) | Žilina (Skalica) 11,00 | Poprad (Poprad) 10:30 | Poprad (Poprad) 12:45 | Martin (Skalica) 14:00 | Martin (Skalica) 15:30 | Z.Moravce (von) 9:30 | Z.Moravce (von) 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| Nedeľa | 13.02. | | | | | | | | Dukla (Dukla) 15,00 | Dukla (Dukla) 14,00 | Dukla (Dukla) 15,00 | | | | | Brezno (Skalica) Medzibrod 13,00 | Partizán ČB (Skalica) Selce 15,00 | U-19 (Skalica) Tatran ČB 9:30 | U-15 (Skalica) Revúca 11,30 | | | |