

ROZVRH - SPECIALIZACE (skupina T4)

2015/2016 1. ročník		učebna		přednášející		9:00 - 10:30		učebna		přednášející		10:45 - 12:15		učebna		přednášející		13:15 - 14:45		učebna		přednášející		15:00 - 16:30		učebna		přednášející		16:45 - 18:15		
		učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející			
23.10.2015	pátek														U13	MJ PC	Úvod	Základy výživy + trávicí systém	U13	PC	Základy výživy + trávicí systém (konec může být až kolem 18:45)											
24.10.2015	sobota	P8	SR	Kineziologické rozborry <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i> <i>Testování oslabených a zkrácených svalů</i> <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>	P8	SR	Kineziologické rozborry <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i> <i>Testování oslabených a zkrácených svalů</i> <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>	P8	SR	Kineziologické rozborry <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i> <i>Testování oslabených a zkrácených svalů</i> <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>	P8	SR	Kineziologické rozborry <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i> <i>Testování oslabených a zkrácených svalů</i> <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>																			
25.10.2015	neděle	P8	SR	Kineziologické rozborry <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i> <i>Testování oslabených a zkrácených svalů</i> <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>	P8	SR	Kineziologické rozborry <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i> <i>Testování oslabených a zkrácených svalů</i> <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>	P8	SR	Kineziologické rozborry <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i> <i>Testování oslabených a zkrácených svalů</i> <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>	P8	SR	Kineziologické rozborry <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i> <i>Testování oslabených a zkrácených svalů</i> <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>																			
13.11.2015	pátek														U13	MJ	Metodika a témata závěrečné práce	Org. kult. a fitness v ČR a ve světě	U13	MJ	Organizace kulturistiky a fitness v ČR a ve světě											
14.11.2015	sobota	Mega Fitness	JV	Pos. jedn. sval. sk., praxe POZOR: Mega Fitness, Koruní 98, P-10 (sport. obleč. + boty)	Mega Fitness	JV	Pos. jedn. sval. sk., praxe POZOR: Mega Fitness, Koruní 98, P-10 (sport. obleč. + boty)	Mega Fitness	JV	Pos. jedn. sval. sk., praxe POZOR: Mega Fitness, Koruní 98, P-10 (sport. obleč. + boty)	Mega Fitness	JV	Pos. jedn. sval. sk., praxe POZOR: Mega Fitness, Koruní 98, P-10 (sport. obleč. + boty)																			
15.11.2015	neděle	Mega Fitness	JV	Pos. jedn. sval. sk., praxe POZOR: Mega Fitness, Koruní 98, P-10 (sport. obleč. + boty)	Mega Fitness	JV	Pos. jedn. sval. sk., praxe POZOR: Mega Fitness, Koruní 98, P-10 (sport. obleč. + boty)	Mega Fitness	JV	Pos. jedn. sval. sk., praxe POZOR: Mega Fitness, Koruní 98, P-10 (sport. obleč. + boty)	Mega Fitness	JV	Pos. jedn. sval. sk., praxe POZOR: Mega Fitness, Koruní 98, P-10 (sport. obleč. + boty)																			
12.2.2016	pátek														U10	PS	Svalové dysbalance		U10	PS	Svalové dysbalance											
13.2.2016	sobota	U10	PC	Výživa 1 (makronutrienty, mikronutrienty)	U10	PC	Výživa 1 (makronutrienty, mikronutrienty)	U10	PC	Výživa 1 (makronutrienty, mikronutrienty)	U10	PC	Výživa 1 (makronutrienty, mikronutrienty)																			
14.2.2016	neděle	U10	PC	Výživa 2 (energ. bil., zpús. počítání, vliv na metab., těl. kompoz. - typolog., kalip., bioimp.)	U10	PC	Výživa 2 (energ. bil., zpús. počítání, vliv na metab., těl. kompoz. - typolog., kalip., bioimp.)	U10	PC	Výživa 2 (energ. bil., zpús. počítání, vliv na metab., těl. kompoz. - typolog., kalip., bioimp.)	U10	PC	Výživa 2 (energ. bil., zpús. počítání, vliv na metab., těl. kompoz. - typolog., kalip., bioimp.)																			
1.4.2016	pátek														U11	MR	Výživa - anabolizace svalstva															
2.4.2016	sobota	U11	MJ	Doplňky sportovní výživy	U11	MJ	Doplňky sportovní výživy	U11	MJ	Doplňky sportovní výživy	U11	MJ	Doplňky sportovní výživy																			
3.4.2016	neděle	U11	MR	Výživové plány, redukční a objemové koncepce	U11	MR	Výživové plány, redukční a objemové koncepce	U11	MR	Výživové plány, redukční a objemové koncepce	U11	MR	Výživové plány, redukční a objemové koncepce																			
22.4.2016	pátek																															
23.4.2016	sobota																															
24.4.2016	neděle																															
27.5.2016	pátek																															
28.5.2016	sobota																															
29.5.2016	neděle																															



PS PhDr. Petr Šťastný, PhD.
 MJ Ing. Martin Jebas
 PC Ing. Petr Cieluch
 SR Mgr. Simona Roupčová
 JV Bc. Jiří Vítek
 MR Michal Richter

Běžné písmo teorie
Kurzíva *praxe*
 Šedá barva předběžně
 Červené písmo upozornění