

Harmonogram treningów grupy Tri-Pop SPORTWISE w sezonie 2024-2025

Dzień tygodnia	Dyscyplina	Miejsce treningu, zbiórki/godz.	Prowadzący	Uwagi
Poniedziałek	Bieg	Stadion – pl. Na Groblach, godz. 16:30-17:30	Małgorzata Lipowska	
wtorek	Pływanie	Basen UEK Kraków – gr. 1 - 17:30-18:15, 17:30-18:15 – gr 2	Małgorzata Lipowska	Podział na grupy pływackie prowadzi trener na pierwszych zajęciach wg umiejętności i poziomu zaawansowania
środa	Bieg Zajęcia ogólnorozwojowe	Stadion – pl. Na Groblach, godz. 16:30-18:00 Hala sportowa – SP95 Kraków godz. 17:15-18:15	Małgorzata Lipowska Marcin Wąsik	W sezonie zimowym zajęcia ogólnorozwojowe na hali sportowej od listopada
czwartek	Pływanie	Basen UEK Kraków – gr.1 -16:45-17:30, gr. 2 - 17:30-18:15	Małgorzata Lipowska	Podział na grupy pływackie prowadzi trener na pierwszych zajęciach wg umiejętności i poziomu zaawansowania
piątek	Dzień wolny/ trening kolarski	Dla zawodników, którzy mają rower szosowy jest możliwość wspólnych treningów szosowych z grupą młodzik		W okresie jesiennym do listopada oraz wiosennym od kwietnia
sobota	Rower/bieganie cross	Błonia (Park Jordana) – 10:00-12:00	Małgorzata Lipowska	W sezonie zimowym zajęcia ogólnorozwojowe z elementami biegu od listopada
niedziela	Dzień wolny	-	-	-