

| Datum | Den | Čas | | Místo | Popis tréninku | Tréninková náplň |
|-----------|---------|-------|-------|------------------|---|------------------|
| | | Od | Do | | | |
| 25.5.2026 | Pondělí | 16:40 | 17:40 | Plavecká Teplice | Plavecká - bude upřesněno | RE |
| 26.5.2026 | Úterý | 17:00 | 18:30 | ZŠ Buzulucká | BE I.; 0:15; zapracování BE II.; 0:50; fartlek v lesoparku + štafetky na terénkách HR; 0:15; florbal / fotbal / basketball | BE, HR |
| 27.5.2026 | Středa | | | | TVO | |
| 28.5.2026 | Čtvrtek | 17:00 | 18:30 | ZŠ Buzulucká | BE I./HR; 0:20; zapracování GO, DY; 0:30; štafety s obratnostními a dynamickými cviky Slo; 0:15; kruháček BE I.; 0:15; výklus, protažení | GO, DY, BE, SI |
| 29.5.2026 | Pátek | | | | TVO | |
| 30.5.2026 | Sobota | 10:00 | 12:00 | Nové Město | BE; 1:30; fartlek HR; 0:30; běžecké hry | BE |
| 31.5.2026 | Neděle | | | Individuálně | RE; 0:30; protažení / výklus / plavání | RE |
| 1.6.2026 | Pondělí | 16:40 | 17:40 | Plavecká Teplice | Plavecká - bude upřesněno | RE |
| 2.6.2026 | Úterý | 16:30 | 18:30 | ZŠ Buzulucká | 1. část výkonnostních testů | BE |
| 3.6.2026 | Středa | | | | TVO | |
| 4.6.2026 | Čtvrtek | 17:00 | 18:30 | ZŠ Buzulucká | 2. část výkonnostních testů | BE, HR |
| 5.6.2026 | Pátek | | | | TVO | |
| 6.6.2026 | Sobota | 9:30 | 14:00 | Nové Město | Dětský den + BRIGÁDA PRO RODIČE!! KO; 2:30; výjezd na hory | KO |
| 7.6.2026 | Neděle | | | Individuálně | RE; 0:30; protažení / výklus / plavání | RE |
| 8.6.2026 | Pondělí | 16:40 | 17:40 | Plavecká Teplice | Plavecká - bude upřesněno | RE |
| 9.6.2026 | Úterý | 16:30 | 18:30 | Doubravka | Sraz u startu BĚKODO v 16:30, individuální registrace BE I.; 0:20; rozběhání, běžecká abeceda, stupňované rovinky, protažení BE IV.; 0:15; závod Mladé Běkodo BE I.; 0:20; výklus a protažení | BE |
| 10.6.2026 | Středa | | | | TVO | |
| 11.6.2026 | Čtvrtek | 17:00 | 18:30 | Buzulka | BE; 1:30; štafety + běžecké hry | BE |
| 12.6.2026 | Pátek | | | | TVO | |
| 13.6.2026 | Sobota | 10:00 | 13:00 | Nové Město | BRIGÁDA PRO RODIČE!! | BE, HR, GO |
| 14.6.2026 | Neděle | - | - | | | BE, HR, GO |
| 15.6.2026 | Pondělí | 16:40 | 17:40 | Plavecká Teplice | Plavecká - bude upřesněno | RE |
| 16.6.2026 | Úterý | 17:00 | 18:30 | ZŠ Buzulucká | BE I./HR; 0:20; zapracování GO, DY; 0:30; štafety s obratnostními a dynamickými cviky Slo; 0:15; kruháček BE I.; 0:15; výklus, protažení | GO, DY, BE, SI |
| 17.6.2026 | Středa | | | | TVO | |
| 18.6.2026 | Čtvrtek | 17:00 | 18:30 | Milada | KL; 1:30; technika + obratnost | KL |
| 19.6.2026 | Pátek | | | | TVO | |
| 20.6.2026 | Sobota | 10:00 | 12:30 | Nové Město | BE II; 2:00; kombiňák s holema - střídání běžeckých úseků s posilováním | BE, SI |
| 21.6.2026 | Neděle | | | Individuálně | RE; 0:30; protažení / výklus / plavání | RE |