

<b>PERIODIZACE ROČNÍHO CYKLU PŘÍPRAVY RD JUDO</b>	<b>RD :</b>	<b>Roční cyklus 2 0 0 9</b>	<b>od - do 5.01.-3.01. 2010</b>	<b>týdnů : 52</b>	<b>Tab. č. 4</b>
---	-------------	---------------------------------	-------------------------------------	-----------------------	------------------

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
1	Přípravné I.							/ Přípravné II.							/ Závodní I.							/ Přejížděné/		Přípr.		
2	5/ 01	12/ 01	19/ 01	26/ 01	2/ 02	9/ 02	16/ 02	23/ 02	2/ 03	9/ 03	16/ 03	23/ 03	30/ 03	6/ 04	13/ 04	20/ 04	27/ 04	4/ 05	11/ 05	18/ 05	25/ 05	1/ 06	8/ 06	15/ 06	22/ 06	29/ 06
3					LT						Nbk	Ger				Est		TP		Ukr						LT
4								Aut			Ger				Est			Fra	Ukr			Aut				
5			Lib		Usk				Exl	Hra			ČR							Jih	Exl					
6					LT																					LT
					Pha																					Pha
7																										

	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
1	Přípr./ Závodní II.				/ rekondice				/ Závodní III.				/ Přejížděné													
2	6/ 07	13/ 07	20/ 07	27/ 07	3/ 08	10/ 08	17/ 08	24/ 08	31/ 08	7/ 09	14/ 09	21/ 09	28/ 09	5/ 10	12/ 10	17/ 10	27/ 10	2/ 11	9/ 11	16/ 11	23/ 11	30/ 11	7/ 12	14/ 12	21/ 12	28/ 12
3	Ova	Plz	Hun	Pol	Nbk	Ger	Rek	LT																		
4		Hun	Pol	Cze	Ger						ME					MS										
5											Brn		Exl				ČR		Exl			JC				
6											Pha															
7																										

1 = období  
2 = datum počátku týdenních cyklů  
3 = výcvikové tábory

4 = mezinárodní soutěže  
5 = hlavní domácí soutěže  
6 = LPS, kontroly trénovanosti

7 = regenerace sil, dovolená