

CLUBUL SPORTIV SCOLAR BOTOSANI
Nr.816 din 10.09.2024

Comisia Director: Nacu Constantin
Membru: Cucu Ovidiu Paul
Membru: Pîrnu Bogdan Ionuț



Aprobat,
Nacu Constantin

PROGRAMUL DE ANTRENAMENT AN ȘCOLAR 2024-2025

Numele și prenumele	Disciplina	Nivel de pregătire	Nr. de ore săptămânal	Nr. elevi în grupă	LUNI		MARTI		MIERCURI		JOI		VINERI		SAMBATA		DUMINICA	
					ORA	SC.	ORA	SC.	ORA	SC	ORA	SC	ORA	SC	ORA	SC	ORA	SC
<u>Nacu Constantin</u>	atletism	Performanța	12	8	18-20	LPS	18-20	LPS	18-20	LPS	18-20	LPS	18-20	LPS	9 11	LPS		
<u>Ghitun Stelian</u>	volei	Incepatori	8	16	18-20	ATL	18-20	ATL	18-20	ATL	18-20	ATL						
		Avansați	10	14	16-18	ATL	16-18	ATL	16-18	ATL	16-18	ATL	16-18	ATL				
<u>Burduja Robert</u>	volei	Incepatori	6	16			18-20	Asachi			18-20	Asachi			13 15	Asachi		
		Performanța	12	12	20-22	Asachi	20-22	Asachi	20-22	Asachi	20-22	Asachi	20-22	Asachi	10 12	LPS		
<u>Aciobăniței Cezar</u>	volei	Incepatori 1	6	16	18-20	6			18-20	6			18-20	6				
		Incepatori 2	6	16			17,30-19,30	6			17,30-19,30	6			9 11	6		
		Incepatori 3	6	16			19,30-21,30	6			19,30-21,30	6			11 13	6		
<u>Borcea Daniel</u>	Volei	Incepatori	6	16	17-19	14			17-19	14			17-19	14				
		PCO	10	14	15-17	14	17-19	14	15-17	14	17-19	14	15-17	14				
		Performanța	12	12	19-21	14	19-21	14	19-21	14	19-21	14	19-21	14	12 14	14		
<u>Aluculesei Ana Maria</u>	volei	Incepatori 1	6	16					20-22	LPS	20-22	LPS	20-22	LPS				
		Incepatori 2	6	16			20-22	LPS	18-20	LPS	18-20	LPS						
		Incepatori 3	6	16									18-20	LPS	10 12	LPS	10 12	LPS
		PCO	6	16			14-16	14	14-16	14	14-16	14	14-16	14				



Numele și prenumele	Disciplina	Nivel de pregătire	Nr. de ore săptămânal	Nr. elevi în grupă	LUNI		MARTI		MIERCURI		JOI		VINERI		SAMBATA	DUMINICA		
					ORA	SC.	ORA	SC.	ORA	SC	ORA	SC	ORA	SC	ORA	SC		
<u>Schiopu Daniel</u>	fotbal	Incepatori	6	22			9,30-11,30	ACR			9,30-11,30	ACR	9,30-11,30	ACR				
		Avansați	10	20	14,30-16,30	ACR	14,30-16,30	ACR	14,30-16,30	ACR	14,30-16,30	ACR	14,30-16,30	ACR				
<u>Cucu Paul</u>	fotbal	Incepatori	8	22			15-17	ACR	15-17	ACR	15-17	ACR	15-17	ACR				
		Avansați	10	20	15-17	ACR	9 11	Stauceni	9 11	Stauceni	9 11	Stauceni	9 11	Stauceni				
<u>Cazaciuc Alexandru</u>	fotbal	Incepatori	8	22			9,30-11,30	Rachiti	10 12	ACR	10 12	ACR	10 12	ACR				
		Avansați	10	20	16,30-18,30	Rachiti	17-19	Stauceni	16,30-18,30	Rachiti	17-19	ACR	17-19	ACR				
<u>Dulgheru Mirela</u>	fotbal	Incepatori 1	6	22	17-19	ACR	17-19	ACR	17-19	ACR								
		Incepatori 2	6	22			7,30- 9,30	ACR			17-19	ACR	17 19	ACR				
		Incepatori 3	6	22					10 12	Stauceni	10 12	Stauceni	10 12	Stauceni				
<u>Dretcanu Mihai</u>	karate	Incepatori	4	12			8,30-10,30	Tridex			8,30-10,30	Tridex						
		Performanța	12	8	16-18	Tridex	16-18	Tridex	16-18	Tridex	16-18	Tridex	16-18	Tridex	8,30-10,30	Tridex		
<u>Honceru Cristian</u>	karate	Incepatori	8	12	18-20	Tridex	18-20	Tridex	18-20	Tridex	18-20	Tridex						
		Avansați	10	10	20-22	Tridex	20-22	Tridex	20-22	Tridex	20-22	Tridex	19-21	Tridex				
<u>Pîrvu Bogdan Ionuț</u>	baseball	Incepatori	6	20			16-18	Stauceni	16-18	Stauceni	16-18	Stauceni						
		Performanța	12	16	20,30-22,30	17	20,30-22,30	17	20,30-22,30	17	20,30-22,30	17	20,30-22,30	17	12 14	Stauceni		
<u>Gheorghiu Silviu</u>	baschet	Incepatori 1	6	16	16-18	6			16-18	6			16-18	6				
		Incepatori 2	6	16	18-20	17			18-20	17			19-21	17				
		Incepatori 3	6	16	20-22	17			20-22	17					9 11	17		