

**CLUBUL SPORTIV NAVODARI
PLANUL ANUAL DE ANTRENAMENTE 2026**

CLUBUL SPORTIV NAVODARI

INTRARE Nr. 138
IEȘIRE

Ziua 30 Luna 01 Anul 2026

DISCIPLINA	GRUPA	VARSTA	LOCATIA	ZILELE	ORELE	NUME ANTRENOR /TELEFON	LUNA
Volei	Cadete/ Junioare	15-17 ani 17-19 ani	Sala sporturilor /Plaja	Luni Miercuri Joi Vineri	19:30-21:30 19:30-21:30 19:30-21:30 19:00-21:00	Pererva Robert -0724.370.749 Draga Georgiana-0761.669.214	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Volei	Mini/Sperante	10-13 ani 13-15 ani	Sala Sporturilor/ Plaja	Marti Miercuri Vineri	09:30-10:30 08:30-10:00/18:00 -19.00 09:00-10:30	Draga Georgiana-0761.669.214	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Volei	Baby	7-10 ani	Sala Sporturilor/ Plaja	Joi	18:00-19:30	Necula AnaMaria-0755.086.935	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Handbal	Fete/Baieti	8-10 ani	Sala Sporturilor/Plaja	Luni Miercuri Vineri	17:00-18:30 17:00-18:00 17:00-18:00	Dorin Coman -0735.533.442	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Handbal	Fete/Baieti	11-13 ani	Sala Sporturilor/Plaja	Luni Marti Joi	08:00-09:30 20:00-21:30 08:00-09:30	Adam Diandra -0720.237.816	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Baschet	Baby-Mini Fete/Baieti	10-12 ani 12-15 ani	Sala Sporturilor/Plaja	Luni Miercuri	09:30-10:30 13:30-14:30 10:00-11:00 13:30-14:30	Anton Alexandru:- 0735.424.467	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Rugby	Juniori	8-14 ani	Sala Sporturilor /Teren Sintetic/ Stadionul Flacara	Luni Marti Sambata	18:30-19:30 18:30-19:30 09:00-10:30	Diaconescu Robert-0744.996.055	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Rugby	Seniori	18 ani plus	Stadionul Flacara/ /Teren Sintetic /Plaja	Luni Miercuri Vineri	18:00-19:30 18:00-19:30 18:00-19:30	Nastase Virgil: 0722.679.998 Suciu Cornel: 0721.682.126	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Fotbal	A1	17-18ani	Teren Sintetic Chimia/ Stadionul Flacara	Marti Miercuri Joi	20:00-21:00 19:00-20:30 20:00-21:00	Gechereanu Constantin:-0720.097.754	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Fotbal	B1	16-17 ani	Teren Sintetic Chimia	Luni Marti Miercuri Vineri	08:30-10:00 20:00-21:00 20:30-22:00 08:30-10:00	Manea Adrian :-0728.520.654	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug- Sept-Oct-Noi-Dec
Fotbal	C	14-15 ani	Teren Sintetic Chimia Balon	Luni Miercuri Joi	20:30-22:00 20:30-22:00 20:30-22:00	Dinicu Marius Claudiu:-0723.486.726	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Fotbal	D	12-13 ani	Teren Sintetic Chimia	Luni Miercuri Vineri	08:30-10:00 08:30-10:00 08:30-10:00	Milhaila Cristian: 0762.699.609	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Fotbal	E	10-11 ani	Balon Teren Sintetic Chimia	Luni Marti Joi Vineri	16:00-17:30 18:00 -19:30 18:00 -19:30 17:00-18:30	Cranganu Ionut :0761.456.488	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec

**CLUBUL SPORTIV NAVODARI
PLANUL ANUAL DE ANTRENAMENTE 2026**

Fotbal	E2	8 -9 ani	Balon Teren Sintetic Chimia	Luni Marti MiercuriJoi	18:30 -19:30 18:30 -19:30 18:17:00-18:30/17:00 18:30	Tudorici Nicolae: 0723.474.362	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Fotbal	E3	6-7 ani	Sala Sporturilor	Luni Miercuri Vineri	15:00-16:00 15:00-16:00 15:00-16:00	Carjaliu Alexandru 0722.436.954	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Fotbal	Seniori	18 ani plus	Stadionul Flacara	Marti Joi	18:00-19:30 18:00-19:30	Funda Constantin : 0723.587.954	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Sah	Incepatori/ Avansati	5-14 ani	Sc.Grigore Moisil	Marti Miercuri Joi	18:45-20:15 18:45-20:15 18:45-20:15	Panainte Daniel :0741.117.591	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Tenis de masa	Incepatori Avansati	5-14 ani	Sala Sporturilor	Luni Marti Miercuri	12:30-14:30 13:30-15:30 13:30-15:30	Plaeasu Mihaela :0761.346.268	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Tenis de camp	Incepatori/ Avansati	5-14 ani	Sala Sporturilor	Marti Sambata	13:00-16:00 12:30-16:00	Matei Andi-Gabriel :0733.242.940	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Kempo	Incepatori Avansati	5-18 ani Seniori	Sala Box/Kempo	Luni Marti Miercuri Joi Vineri	18:00-21:00 18:00-21:00 18:00-21:00 18:00-21:00 18:00-21:00	Elena Schiopu:0763.239.236	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Kempo - Submission	Incepatori Avansati	5-18 ani	Sala Liceu Lazar Edeleanu	Joi Sambata Duminica	18.00-19.30 18.00-19.30 18.00-19.30	Ababei Nicolae:0768.121.401	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Box	Incepatori Avansati	5-18 ani Seniori	Sala Box/Kempo	Luni Marti Miercuri Joi Vineri	18:00-21:00 18:00-21:00 18:00-21:00 18:00-21:00 18:00-21:00	Jipeanu Marcel:0751.248.811	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Lupte	Fete/Baieti	5-18 ani	Sala Liceu Lazar Edeleanu	Luni-Miercuri Vineri	17:00-20:00 17:00-20:00 17:00-20:00	Jidovu Ionut Adrian:0770.673.149 Papazou Georgios:-0735.286.775	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec
Judo	Fete/Baieti	5-14 ani	Sala Sporturilor	Marti Joi	17:00-18:30 17:00-18:00	Lazar Stefan:0723.306.978 Vasu Gabriel :0729.175001	Ian-Feb-Martie-April-Mai-Iunie Iulie-Aug-Sept-Oct-Noi-Dec

CLUBUL SPORTIV NAVODARI
PLANUL ANUAL DE ANTRENAMENTE 2026

1. Condiții meteorologice nefavorabile. Ploaie torențială, furtuni sau vijelii. Temperaturi extreme (frig excesiv sau caniculă) Ninsoare abundentă sau polei. Descărcări electrice (fulgere și tunete)
 2. Siguranța sportivilor. Pericol de accidentare din cauza terenului alunecos, înghețat sau instabil. Prezența unor factori de risc (ex. copaci doborâți, drumuri blocate, poluare severă) Condiții medicale ale sportivilor care nu permit expunerea la frig sau căldură excesivă
 3. Probleme organizatorice. Lipsa echipamentului necesar pentru desfășurarea antrenamentului. Absența unui număr suficient de sportivi pentru o sesiune eficientă. Restricții impuse de autorități (interdicții temporare privind accesul în anumite zone)
 4. Situații de urgență. Probleme personale sau de sănătate ale antrenorului. Evenimente neprevăzute care împiedică desfășurarea antrenamentului
 5. Modificări ale programului competițional. Programul competițional nedefinitivat de federațiile de specialitate
- Etape intermediare .Dacă antrenamentul trebuie anulat, de obicei se caută alternative, cum ar fi mutarea într-un spațiu acoperit sau reprogramarea.

Cristian Husea
Sef serviciu Sport – Administrativ