DOCELOWY SCHEMAT SZKOLENIA AKS MIKOŁÓW

szkoła średnia	19 lat	Trening specjalistyczny	Seniorzy (4 liga, klasa A)		
	18 lat				
	17 lat		juniorzy	3-4 treningi	mecz
gimnazjum	16 lat		juniorzy	3-4 treningi	mecz
	15 lat		trampkarze	3 treningi	mecz
	14 lat	Treningi ukierunkowany	trampkarze	3 treningi	mecz
szkoła podstawowa	13 lat		trampkarze	3 treningi	mecz
	12 lat		trampkarze	3 treningi	mecz
	11 lat	Trening podstawowy	trampkarze	3 treningi	mecz
	10 lat		trampkarze	2 treningi	mecz
	9 lat		szkolenie wstępne	2 treningi	
	7,8 lat	Szkolenie podstawowe	grupa naborowa	2 treningi	