



Program reprezentace ČR 17

Akce: Tréninkový kemp ČR 17

Místo: Třemošná

Datum: 16. - 20.6.2018



Datum	Čas	Činnost
16.06.2018	15:30	Sraz na zimním stadionu Třemošná
Sobota	16:45	Rozcvičení
	17:30-18:45	Led
	19:00	Výklus
	19:30	Bus na hotel
	20:00	Večeře
	21:30	Porada + druhá večeře
	22:00	Večerka
17.06.2018	8:15	Snídaně
Neděle	8:45	Porada
	9:15	Bus zimní stadion
	9:45	Rozcvičení
	10:30 - 11:15	Led
	11:30 - 12:15	Led
	12:30	Výklus, protažení
	13:00	Bus hotel
	13:15	Oběd
	15:30	Svačina + porada
	16:15	Bus zimní stadion
	16:45	Rozcvičení
	17:30-18:15	Led
	18:30-19:15	Led
	19:30	Výklus + protažení
	20:00	Bus hotel
	20:15	Večeře
	21:30	Druhá večeře
	21:45	Večerka

18.06.2018	8:15	Snídaně
Pondělí	8:45	Porada
	9:15	Bus zimní stadion
	9:45	Rozcvičení
	10:30 - 11:15	Led
	11:30 - 12:15	Led
	12:30	Výklus, protažení
	13:00	Bus hotel
	13:15	Oběd
	15:30	Svačina + porada
	16:15	Bus zimní stadion
	16:45	Rozcvičení
	17:30-18:15	Led
	18:30-19:15	Led
	19:30	Výklus + protažení
	20:00	Bus hotel
	20:15	Večeře
	21:30	Druhá večeře
	21:45	Večerka
19.06.2018	8:15	Snídaně
Úterý	8:45	Porada
	9:15	Bus zimní stadion
	9:45	Rozcvičení
	10:30 - 11:15	Led
	11:30 - 12:15	Led
	12:30	Výklus, protažení
	13:00	Bus hotel
	13:15	Oběd
	15:30	Svačina
	16:15	Bus zimní stadion
	16:45	Rozcvičení
	17:30-18:15	Led
	18:30-19:15	Led
	19:30	Výklus + protažení
	20:00	Bus hotel
	20:15	Večeře
	21:30	Druhá večeře
	21:45	Večerka

20.06.2018	8:15	Snídaně
Středa	8:45	Porada
	9:15	Bus zimní stadion
	9:45	Rozcvičení
	10:30 - 11:15	Led
	11:30 - 12:15	Led
	12:30	Výklus, protažení
	13:00	Bus hotel
	13:15	Oběd
	15:15	Svačina + porada
	15:30	Bus zimní stadion
	16:00	Rozcvičení
	16:45-17:45	Led
	18:15	Ukončení akce ZS Třemošná