



Program reprezentace ČR 16 ženy
Turnaj olympijských nadějí
4 visegrádských národů
Zlín
11. - 15.12.2018



Datum	Čas	Činnost
11.12.2018	10:30	sraz na ZS - zahájení akce
Úterý		výdej výstroje
	11:00 - 11:30	sucho
	12:00 - 13:00	led
	13:15	výklus + protažení
	13:50	odchod na hotel
	14:00	oběd
		ubytování, polední klid
	16:30	svačina
	17:00	odchod z hotelu
	17:15	sraz v kabině
	17:30 - 18:00	sucho
	18:30 - 19:30	led
	19:45	výklus + protažení
	20:35	odchod na hotel
	20:45	večeře
	22:00	večerka
12.12.	8:00	budíček
Středa	8:15	snídaně
	8:45	odchod z hotelu
	9:00	sraz v kabině
	9:15 - 9:45	sucho
	10:15 - 11:15	led
	11:30	výklus + protažení
	12:20	odchod na hotel
	12:30	oběd
		polední klid
	15:00	svačina
	15:25	odchod z hotelu
	15:35	sraz v kabině
	15:45 - 16:15	sucho
	16:45 - 18:00	led
	18:15	výklus + protažení
	19:15	odchod na hotel
	19:30	porada
	20:00	večeře
	22:00	večerka

13.12.2018 Čtvrtek	8:00	budíček
	8:15	snídaně
	10:00 - 10:30	procházka
	10:30 - 11:00	porada před zápasem
	11:00	oběd
		polední klid
	12:20	odchod z hotelu
	12:30	sraz v kabině
	14:30	CZE - POL
		výklus + protažení
	17:30	odchod na hotel
	17:45	večeře
	20:30	porada - rozbor utkání, druhá večeře
	22:00	večerka
14.12.2018 Pátek	8:30	budíček
	8:45	snídaně
	9:30	odchod z hotelu
	9:45	sraz v kabině
	10:00 - 10:30	sucho
	11:00 - 11:45	rozbruslení
	11:55	výklus + protažení
	12:35	odchod na hotel
	12:45	oběd
		polední klid
	15:15	svačina + porada před zápasem
	15:45	odchod z hotelu
	16:00	sraz v kabině
	18:00	HUN - CZE
	výklus + protažení	
21:00	odchod na hotel	
21:15	večeře	
22:00	večerka	
15.12.2018 Sobota	8:00	budíček
	8:15	snídaně
	8:45	odchod z hotelu
	9:00	sraz v kabině
	9:15 - 9:45	sucho
	10:15 - 10:45	rozbruslení
	11:00	výklus + protažení
	11:50	odchod na hotel
	12:00	oběd
		polední klid
	14:15	porada před zápasem + svačina
	14:45	odchod z hotelu
	15:00	sraz v kabině
	17:00	CZE - SVK
	rozbor utkání + hodnocení akce	
	balíček na cestu	
cca 20:00	ukončení akce	