



Program reprezentace ČR 16 ženy
Přípravný kemp
Velké Popovice
7. - 9.10.2024



Datum	Čas	Činnost
7.10.2024	9:45	sraz
Pondělí	10:15 - 11:00	suchá (tělocvična)
	11:30 - 12:30	led
	12:45 - 13:15	výklus, protažení
	13:45	oběd
	15:45	svačina
	16:30 - 17:30	suchá (venku)
	18:00 - 19:00	led
	19:15 - 19:45	výklus, protažení
	20:15	večeře
	20:45	meeting (restaurace Pod ledem)
8.10.2024	7:45	snídaně
Úterý	8:45 - 9:45	suchá (tělocvična)
	10:15 - 11:15	led
	11:30 - 12:00	výklus, protažení
	12:30	oběd
	14:00	svačina
	14:45 - 15:45	led
	16:15 - 17:15	suchá (tělocvična)
	17:30 - 17:45	výklus, protažení
	18:15	večeře
	19:00	meeting + týmová aktivita (restaurace Pod Ledem)
	20:30	svačina
9.10.2024	8:15	snídaně
Středa	9:00	check- out
	9:30 - 10:15	suchá (tělocvična)
	10:45 - 11:45	led
	12:00 - 12:30	výklus, protažení
	13:00	oběd