



## Schedule Czech National Team U19

Camp + 4 Nations Tournament

Litoměřice + Zürich, SUI

21. - 28.7. 2018



Date	Time	Action
21.7. sobota	14:30 - 15:00	kabina - fasování výstroje a výzbroje
	15:00	kabina - úvodní informace k akci ČR 19
	<b>15:30 - 16:00</b>	<b>suchá příprava</b>
	<b>16:30 - 18:00</b>	<b>trénink led</b>
	18:45	večeře
	19:00 - 21:00	regenerace
	21:00	večeře II. - snack
	22:00	večerka
22.7. neděle	8:00	budíček
	8:15	snídaně
	<b>9:00 - 9:30</b>	<b>suchá příprava</b>
	<b>10:00 - 11:30</b>	<b>trénink led</b>
	12:15	oběd
	12:30	odpočinek
	14:45	svačina
	15:00	porada - video
	<b>15:30 - 16:00</b>	<b>suchá příprava</b>
	<b>16:30 - 18:00</b>	<b>trénink led</b>
	18:45	večeře
	19:00 - 21:00	regenerace
21:00	večeře II. - snack	
22:00	večerka	
23.7. pondělí	8:00	budíček
	8:15	snídaně
	<b>9:00 - 9:30</b>	<b>suchá příprava</b>
	<b>10:00 - 11:30</b>	<b>trénink led</b>
	12:15	oběd
	12:30	odpočinek
	14:45	svačina
15:00	porada - video	

	<b>15:30 - 16:00</b>	<b>suchá příprava</b>
	<b>16:30 - 18:00</b>	<b>trénink led</b>
	18:45	večeře
	19:00 - 21:00	regenerace
	21:00	večeře II. - snack
	22:00	večerka
<b>24.7.</b>	8:00	budíček
<b>úterý</b>	8:15	snídaně
	<b>9:00 - 9:30</b>	<b>suchá příprava</b>
	<b>10:00 - 11:30</b>	<b>trénink led</b>
	<b>12:15</b>	oběd
	12:30	odpočinek
	14:45	svačina
	15:00	porada - video
	<b>15:30 - 16:00</b>	<b>suchá příprava</b>
	<b>16:30 - 18:00</b>	<b>trénink led</b>
	18:45	večeře
	19:00 - 21:00	regenerace
	21:00	večeře II. - snack
	22:00	večerka
<b>25.7.</b>	6:15	budíček
<b>středa</b>	6:30	snídaně
	6:45	check out z hotelu
	7:00	balení výzbroje
	7:15	odjezd od ZS Litoměřice
	16:30	příjezd ZS Zürich
	16:45	svačina
	<b>17:45 - 18:45</b>	<b>trénink led</b>
	19:30	check in v H+ Hotel Zürich
	19:45	večeře
	22:00	večerka
<b>26.7.</b>	7:15	budíček
<b>čtvrtek</b>	7:30	snídaně
	7:45	odchod do arény
	<b>9:00 - 9:45</b>	<b>trénink led</b>
	11:00	oběd

	11:15	odpočinek
	13:15	svačina
	13:30	porada
	13:45	odchod do arény
	<b>15:30 - 17:45</b>	<b>utkání CZE - SVK</b>
	18:30	odchod do hotelu
	19:00	večeře
	22:00	večerka
<b>27.7.</b>	8:30	budíček
<b>pátek</b>	8:45	snídaně
	<b>9:30</b>	<b>procházka</b>
	11:00	oběd
	11:15	odpočinek
	13:15	svačina
	13:30	porada
	13:45	odchod do arény
	<b>15:30 - 17:45</b>	<b>utkání CZE - GER</b>
	18:30	odchod do hotelu
	19:00	večeře
	22:00	večerka
<b>28.7.</b>	8:30	budíček
<b>sobota</b>	8:45	snídaně
	<b>9:30</b>	<b>procházka</b>
	11:00	oběd
	11:15	odpočinek
	13:15	svačina
	13:30	porada
	13:45	odchod do arény
	<b>15:30 - 17:45</b>	<b>utkání CZE - SUI</b>
	18:00	balení výstroje - bus
	18:30	večeře
	18:45	odjezd od ZS Zürich
	18:45	bus přesun Zürich - Litoměřice 760km
<b>29.7.</b>	0:30	příjezd do Plzně/ do Prahy
<b>neděle</b>	3:00	příjezd do Litoměřic
	3:00	odevzdání výstroje
	3:15	ukončení akce