



Program reprezentace ČR 16 ženy
Přípravný kemp + 3x SUI-CZE
Strakonice + Monthey, SUI
6. - 10.11.2019



Datum	Čas	Činnost
06.11.2019	10:30	sraz na ZS Strakonice
Středa		výdej výstroje
	11:00 - 11:30	sucho
	12:00 - 13:15	led
	13:30 - 13:50	výklus + protažení
	14:20	odchod na hotel
	14:30	oběd
		polední klid
	16:45	odchod na ZS
	17:00	sraz v kabině
	17:15 - 17:45	sucho
	18:15 - 19:15	led
	19:30 - 20:00	výklus + protažení
	20:30	odchod ze ZS
	20:45	večeře
	21:30	večerka
		snídaně/svačina na cestu
	23:15	odhlášení z hotelu, odchod na ZS
	23:30	sbalení + naložení věcí
07.11.2019	0:00	odjezd do Monthey
Čtvrtek	cca 11:00	příjezd do Leysin
		ubytování
	11:30	oběd na hotelu
		polední klid
	14:45	odjezd z hotelu
	15:00	příjezd na ZS, vybalení věcí
	15:30 - 16:00	sucho
	16:30 - 17:30	led
	17:45 - 18:15	výklus + protažení
	18:45	odjezd na hotel
	19:00	večeře
	21:00	večerka

08.11.2019	8:00	budíček
Pátek	8:15	snídaně
	8:45	odjezd na ZS
	9:15 - 9:45	sucho
	10:15 - 11:00	rozbruslení
	11:15 - 11:45	výklus + protažení
	12:15	odjezd na hotel
	12:30	oběd
		polední klid
	15:45	svačina na hotelu/porada
	16:15	odjezd na ZS (Leysin), sbalení věcí
	16:45	odjezd do Monthey
	17:30	sraz v kabině
	19:30	SUI - CZE
		výklus + protažení
	22:30	večeře na ZS v Monthey
	23:15	odjezd do Leysin
	0:00	večerka
09.11.2019	9:00	budíček
Sobota	9:15	snídaně, brunch
	10:00 - 10:30	procházka/porada
	11:30	odjezd z hotelu
	12:15	sraz v kabině
	14:15	SUI - CZE
		výklus + protažení
	17:15	odjezd na hotel
	18:00	oběd na hotelu
		odpočinek
	19:45	porada
	20:30	večeře
	21:30	večerka
10.11.2019	7:15	budíček
Neděle	7:30	snídaně
	8:15	odhlášení z hotelu, odjezd z hotelu
	9:00	sraz v kabině
	11:00	SUI - CZE
	14:00	oběd na ZS v Monthey + svačina na cestu
	14:45	odjezd do ČR
11.11.2019	cca 2:00	příjezd do Strakonice
Pondělí		