



Program reprezentace ČR 16
Přípravný kemp V.
Hodonín
3. - 6.10.2021



Datum	Čas	Činnost
3.10. neděle	10:30	sraz ZS Hodonín
	10:45	meeting v kabině + zapracování
	11:30 - 12:30	trénink led + testy
	12:45	výklus + protažení
	13:15	check in
	13:30	oběd
	15:00 - 15:45	trénink na suchu + testy
	16:15 - 18:15	trénink led
	18:30	výklus + protažení
	19:30	večeře
	20:00	meeting
	21:30	II. večeře
	22:00	večerka
4.10. pondělí	6:30	snídaně
	7:00	meeting v kabině + zapracování
	8:00 - 10:00	trénink led
	10:15	výklus + protažení
	11:30	oběd
	13:00	meeting v kabině + zapracování
	14:00 - 15:45	trénink led
	16:00	výklus + protažení
	16:45	svačina
	17:30	meeting
	18:30	večeře
	20:30	II. večeře
	22:00	večerka

5.10. úterý	7:00	snídaně
	7:30	meeting v kabině + zapracování
	8:30 - 10:30	trénink led
	10:15	výklus + protažení
	11:30	oběd
	14:00	svačina
	14:30	meeting v kabině + zapracování
	15:30 - 17:30	trénink led
	17:45	výklus + protažení
	19:00	večeře
	20:00	meeting
	21:30	II. večeře
22:00	večerka	
6.10. středa	7:30	snídaně
	8:15	meeting v kabině + zapracování
	9:00 - 11:00	trénink led
	11:15	výklus + protažení
	12:00	oběd
	13:00	odchod na ZS + check out
	13:30	meeting v kabině + zapracování
	14:30 - 17:00	modelové utkání "červená x bílá"
	17:15	výklus + protažení
18:00	ukončení akce na ZS v Hodoníně, balíček na cestu	