



## Program reprezentace ČR 18 ženy

Přípravný kemp  
České Budějovice  
27. - 29. 12. 2021



Datum	Čas	Akce
<b>27.12.</b>	10:00	sraz na ZS
<b>Pondělí</b>	10:20 - 10:50	suchá
	<b>11:15 - 12:15</b>	<b>led</b>
	12:30 - 13:00	výklus, protažení
	13:30	oběd
	15:00	svačina
	15:20 - 16:10	suchá
	<b>16:30 - 18:00</b>	<b>led</b>
	18:15 - 18:45	výklus, protažení
	19:15	večeře porada
<b>28.12.</b>	8:45	budíček
<b>Úterý</b>	9:00	snídaně
	9:40	sraz v kabině
	9:50 - 10:50	suchá
	<b>11:15 - 12:15</b>	<b>led</b>
	12:30 - 13:00	výklus + protažení
	13:30	oběd
	16:00	svačina
	16:15	porada
	17:00 - 18:00	suchá
	<b>18:30 - 20:00</b>	<b>led</b>
	20:15 - 20:45	výklus, protažení
	21:15	večeře porada
<b>29.12.</b>	7:00	snídaně
<b>Středa</b>	7:45 - 8:25	suchá
	<b>8:45 - 9:45</b>	<b>led</b>
	10:00 - 10:30	výklus, protažení
	11:30	oběd
	13:30	svačina
	13:45	porada
	14:15 - 15:15	suchá
	<b>15:45 - 17:15</b>	<b>led</b>
	17:30 - 18:00	výklus, protažení
	18:30	ukončení akce