



Program reprezentace ČR 18 ženy  
Turnaj 4 zemí  
Vierumäki, Finsko  
06.11. - 11.11. 2023



Datum	Čas	Činnost
<b>06.11.2023</b>	5:30	sraz na letišti
<b>Pondělí</b>	8:10 - 11:20	PRG - HEL
	11:45	Bus do Vierumäki vybalení věcí na ZS
	13:45	oběd + check in
	15:55	sraz v kabině
	16:10 - 17:10	suchá
	<b>17:45 - 19:15</b>	<b>led (RINK 2)</b>
	19:35	cool down
	20:30	večeře
<b>07.11.2023</b>	8:00 - 9:30	snídaně
<b>Úterý</b>	10:50	svačina
	11:15	sraz v kabině
	11:30 - 12:30	suchá
	<b>13:00 - 14:30</b>	<b>led (RINK 1)</b>
	14:50	cool down
	15:15	oběd
		týmová aktivita / meeting
	19:00	večeře
	21:15	svačina
<b>08.11.2023</b>	8:00 - 9:30	snídaně
<b>Středa</b>	9:40	sraz v kabině
	9:50 - 10:45	suchá
	<b>11:15 - 12:30</b>	<b>led (RINK 1)</b>
	12:50	cool down
	13:45	oběd
		týmová aktivita / meeting
	18:00	večeře
	21:00	svačina
<b>09.11.2023</b>	7:00 - 8:00	snídaně
<b>Čtvrtek</b>	8:05	sraz v kabině
	8:15 - 8:45	warm up
	<b>9:15 - 9:45</b>	<b>led (RINK 1)</b>
	10:10	cool down
	11:00	oběd
	13:20	sraz v kabině
	13:30	meeting / svačina v kabině
	13:40 - 13:50	stick handling
	13:50 - 14:20	warm up
	14:50	rozbruslení
	<b>15:30</b>	<b>utkáni vs. Japonsko (RINK 1)</b>
		cool down

	18:45	večeře
	21:00 - 21:30	svačina
<b>10.11.2023</b>	7:00 - 8:00	snídaně
<b>Pátek</b>	8:05	sraz v kabině
	8:15 - 8:45	warm up
	<b>9:15 - 9:45</b>	<b>led (RINK 1)</b>
	10:10	cool down
	11:00	oběd
	13:20	sraz v kabině
	13:30	meeting / svačina v kabině
	13:40 - 13:50	stick handling
	13:50 - 14:20	warm up
	14:50	rozbruslení
	<b>15:30</b>	<b>utkáni vs. Německo (RINK 1)</b>
		cool down
	18:45	večeře
	21:00 - 21:30	svačina
<b>11.11.2023</b>	7:15 - 8:20	snídaně
<b>Sobota</b>	8:30	sraz v kabině
	8:40 - 9:10	warm up
	9:50	rozbruslení
	<b>10:30</b>	<b>uktání vs. Finsko (RINK 1)</b>
		balení věcí
		oběd (s sebou)
	13:30	odjezd na letiště
	17:35 - 18:50	HEL - PRG
		konec akce