



Program reprezentace ČR A ženy

Akce: přípravný kemp
Místo: Leděč nad Sázavou
Datum: 24. - 26. 10. 2017



Datum	Čas	Činnost
24. 10. 2017	9:00	sraz na ZS
Úterý	9:15 - 9:45	rozcvičení
	10:00-11:00	led
	11:00 - 11:15	úprava ledu
	11:15 - 12:15	led
	13:00	ubytování a oběd
	15:00	svačina
	16:15 - 16:45	rozcvičení
	17:00 - 18:30	led
	19:00 - 19:30	regenerace
	20:00	večeře
	22:00	večerka
25. 10. 2017	7:00	budíček
středa	7:30	snídaně
	8:15-8:45	rozcvičení
	9:00 - 10:00	led
	10:00 - 10:15	úprava ledu
	10:15 - 11:15	led
	12:30	oběd
	15:00	svačina
	16:15 - 16:45	rozcvičení
	17:00 - 18:30	led
	19:00 - 19:30	regenerace
	20:00	večeře
	22:00	večerka
26. 10. 2017	7:30	budíček
čtvrtek	8:00	snídaně
	9:15 - 9:45	rozcvičení
	10:00-11:00	led
	12:00	oběd
	14:30	svačina
	15:15 - 15:45	rozcvičení
	16:00 - 18:30	utkáni - SD (Světlá nad Sázavou)
	19:00	konec akce

