

Program reprezentace U18

kemp v Třemošné, 31. března - 5. dubna 2013

Sraz: NEDĚLE 31.3. v 18:00 ZS TŘEMOŠNÁ
Ukončení: PÁTEK 5.4.2013 v 11:00 ZS TŘEMOŠNÁ
Ubytování: SPORT HOTEL ZRUČ

NEDĚLE	31.3.	sraz	18:00	
		suchý trénink	18:15	
		trénink led	19:00	20:15
		ODJEZD DO HOTELU	20:50	
		večeře	21:00	
		VEČERKA	22:00	
PONDĚLÍ	1.4.	snídaně	8:00	
		ODJEZD NA ZS	8:30	
		rozcvička	9:00	
		brankaři	9:15	
		trénink led	9:30 - 11:15	
		posilovna	11:00	
		ODJEZD DO HOTELU	12:00	
		oběd	12:15	
		svačina	15:45	
		ODJEZD NA ZS	16:00	
		rozcvička	16:30	
		brankaři	16:45	
		trénink led	17:00	18:30
		ODJEZD DO HOTELU		19:00
		večeře	19:00	
II večeře	21:30			
VEČERKA	22:00			
ÚTERÝ	2.4.	snídaně	8:00	
		ODJEZD NA ZS	8:30	
		rozcvička	9:00	
		brankaři	9:15	
		trénink led	9:30 - 11:15	
		posilovna	11:00	
		ODJEZD DO HOTELU	12:00	
		oběd	12:15	
		svačina	15:45	
		ODJEZD NA ZS	16:00	
		rozcvička	16:30	
		brankaři	16:45	
		trénink led	17:00	18:30
ODJEZD DO HOTELU		19:00		
večeře	19:00			

		II večeře	21:30	
		VEČERKA	22:00	
STŘEDA	3.4.	snídaně	8:00	
		ODJEZD NA ZS	8:30	
		rozcvička	9:00	
		brankaři	9:15	
		trénink led	9:30 - 11:15	
		posilovna	11:00	
		ODJEZD DO HOTELU	12:00	
		oběd	12:15	
		svačina	15:45	
		ODJEZD NA ZS	16:00	
		rozcvička	16:30	
		brankaři	16:45	
		trénink led	17:00	18:30
		ODJEZD DO HOTELU		19:00
		večeře	19:00	
		II večeře	21:30	
		VEČERKA	22:00	
ČTVRTEK	4.4.	snídaně	8:00	
		ODJEZD NA ZS	8:30	
		rozcvička	9:00	
		brankaři	9:15	
		trénink led	9:30 - 11:15	
		posilovna	11:00	
		ODJEZD DO HOTELU	12:00	
		oběd	12:15	
		svačina	15:45	
		ODJEZD NA ZS	16:00	
		rozcvička	16:30	
		brankaři	16:45	
		trénink led	17:00	18:30
		ODJEZD DO HOTELU		19:00
		večeře	19:00	
		II večeře	21:30	
		VEČERKA	22:00	
PÁTEK	5.4.	SNÍDANĚ	7:30	
		ODJEZD NA ZS	8:00	
		rozcvička	8:30	
		brankaři	8:45	
		trénink led	9:00	11:00
		KONEC AKCE		