



Program reprezentace ČR 16 ženy
Evropský pohár
Příbram
21. - 29.4. 2019



Datum	Čas	Činnost
21.04.2019	9:00	sraz na ZS, zahájení akce
Neděle	9:30 - 10:00	sucho
	10:30 - 11:45	led - malá hala
	12:00	výklus + protažení
	13:00	oběd
		polední klid
	15:30	svačina
		týmová aktivita
	19:15	video
	20:00	večeře
	21:30	večerka
22.04.2019	7:30	budíček
Pondělí	7:45	snídaně
	8:30	sraz v kabině
	8:40 - 9:00	sucho
	9:30 - 10:00	rozbruslení - velká hala
		výklus + protažení
	11:00	oběd
		polední klid
	13:00	sraz v kabině
	15:00	HUN - CZE
		výklus + protažení
	18:00	večeře
	20:00	porada + rozbor utkání
	20:30	II. večeře
	22:00	večerka
23.04.2019	9:00	budíček
Úterý	9:15	snídaně
	10:00	procházka
	10:30	sraz v kabině + svačina do kabiny
	12:30	FRA - CZE
		výklus + protažení
	15:30	oběd
		polední klid
	18:00 - 19:30	týmová aktivita
	20:15	večeře
	20:45	porada + rozbor utkání
	22:00	večerka

24.04.2019	9:00	budíček
Středa	9:15	snídaně
	10:00	procházka
	10:30	sraz v kabině + svačina do kabiny
	12:30	CZE - JPN
		výklus + protažení
	15:30	oběd
		polední klid
	18:30 - 20:00	regenerace
	20:30	večeře
	22:00	večerka
25.04.2019	8:15	budíček
Čtvrtek	8:30	snídaně
	9:15	sraz v kabině
	9:30 - 10:00	sucho
	10:30 - 11:30	led - malá hala
	11:45	výklus + protažení
	12:45	oběd
		polední klid
	15:30	svačina
	16:00 - 18:00	týmová aktivita
	18:30	porada + rozbor utkání
	19:30	večeře
	22:00	večerka
26.04.2019	8:00	budíček
Pátek	8:15	snídaně
	8:45	sraz v kabině
	9:00 - 9:30	sucho
	10:00 - 10:30	rozbruslení - velká hala
	10:45	výklus + protažení
	11:30	oběd
		polední klid
	14:45	svačina
		porada před zápasem
	15:30	sraz v kabině
	17:30	CZE - RUS
		výklus + protažení
	20:30	večeře
	22:00	večerka

27.04.2019	8:45	budíček
Sobota	9:00	snídaně
	9:45	sraz v kabině
	10:00 - 10:30	sucho
	11:00 - 12:00	led - malá hala
	12:15 - 12:45	výklus + protažení
	13:30	oběd
		polední klid
	16:00	svačina
	16:30	porada + rozbor utkání
	17:30	týmová aktivita
	20:00	večeře
	22:00	večerka

28.04.2019 Bude upřesněno dle vývoje turnaje.
Neděle

29.04.2019
Pondělí