



**ČESKÝ  
HOKEJ**

**Program reprezentace ČR Para  
2x CZE-GER  
Nymburk  
12. - 14.10.2019**



<b>Datum</b>	<b>Čas</b>	<b>Činnost</b>
<b>Sobota</b>	16:00	SRAZ na ZS Nymburk
<b>12.10.2019</b>	17:00	warm up plus porada oběd
	<b>18:00 - 20:00</b>	<b>CZE - GER</b>
	20:30	večeře
	21:00	meeting
	22:00	večerka
<b>Neděle</b>	7:00	budíček
<b>13.10.2019</b>	7:30-8:00	snídaně
	8:15	porada týmu
	8:45	warm up
	<b>9:30 - 11:30</b>	<b>CZE - GER</b>
	13:00	oběd
	16:30 - 17:30	fitness-strecing
	18:00	večeře
	19:00	porada týmu
	22:00	večerka
<b>Pondělí</b>	7:00	budíček
<b>14.10.2019</b>	7:30 - 8:00	bazén
	8:15	snídaně
	9:45 - 10:45	video
	<b>12:00 - 13:15</b>	<b>trénink na ledě</b>
	13:00	oběd a ukončení akce