

Program reprezentace ČR 16 ženy

Přípravný kemp + Turnaj Olympijských nadějí visegrádské čtyřky



Hodonín + Miskolc, HUN

9 - 14.12.2019



Datum	Čas	Činnost
09.12.2019	16:45	sraz na ZS - zahájení akce
Pondělí		výdej výstroje
	17:15 - 17:45	sucho
	18:15 - 19:30	led
	19:40 - 20:00	výklus + protažení
	20:30	odchod na hotel
	20:45	večeře
	22:00	večerka
10.12.2019	8:00	budíček
Úterý	8:15	snídaně
	8:45	odchod z hotelu
	9:00	sraz v kabině
	9:15 - 9:45	sucho
	10:15 - 11:30	led
	11:40 - 12:00	výklus + protažení
	12:30	odchod na hotel
	12:45	oběd
		polední klid
	14:30	odchod z hotelu
	14:45	sraz v kabině
	15:00 - 15:30	sucho
	16:00 - 17:00	led
	17:15 - 17:45	výklus + protažení
	18:15	odchod na hotel
	19:00	porada
	19:30	večeře
	21:30	večerka
11.12.2019	6:30	budíček
Středa	6:45	snídaně + oběd na cestu
	7:20	odjezd z hotelu
	7:30	sbalení, naložení věcí
	8:00	odjezd Miskolc
	14:30	příjezd na ZS
		vybalení věcí
	15:00 - 15:30	sucho
	16:00 - 16:50	led
	17:00 - 17:30	výklus + protažení
	18:00	odjezd na hotel
	19:25	odchod do restaurace
	19:30	večeře
		odchod na hotel
	22:00	večerka

12.12.2019 Čtvrtek	7:45	budíček
	8:00	snídaně
	8:30	odchod na ZS
	8:45	sraz v kabině
	8:55 - 9:15	sucho
	9:45 - 10:15	rozbruslení
	10:25 - 10:45	výklus + protažení
	11:10	odchod do restaurace
	11:15	oběd
		odchod na hotel
		polední klid
	13:15	odchod na ZS
	13:30	sraz v kabině
	15:30	CZE - SVK
		výklus + protažení
	18:25	odchod do restaurace
	18:30	večeře
	odchod na hotel	
20:00	porada	
22:00	večerka	
13.12.2019 Pátek	8:45	budíček
	9:00	snídaně
	10:00	odchod na ZS
	10:15	sraz v kabině
	10:25 - 10:45	sucho
	11:15 - 11:45	rozbruslení
	11:55 - 12:15	výklus + protažení
	12:40	odchod do restaurace
	12:45	oběd
		odchod na hotel
		polední klid
	16:00	svačina + porada
	16:45	odchod na ZS
	17:00	sraz v kabině
	19:00	CZE - HUN
		výklus + protažení
	21:55	odchod do restaurace
22:00	večeře	
	odchod na hotel	
22:45	večerka	
14.12.2019 Sobota	8:45	budíček
	9:00	snídaně
	9:45	odhlášení z hotelu, odjezd na ZS
	10:00	sraz v kabině
	12:00	POL - CZE
		oběd + balíček na cestu
		hodnocení akce
cca 15:45	odjezd do ČR	
cca 22:15	cca příjezd do Hodonína a ukončení akce u ZS	