



Program reprezentace ČR 18

Přípravný kemp

Litoměřice

2. - 6.3.2021



Datum	Čas	Akce
02.03.2021	15:00	sraz na ZS v Litoměřicích
Úterý		Covid test (od 14:30)
	15:20	off-ice
	16:15 - 16:30	led brankáři
	16:30 - 18:00	led
		cool down
	18:45	večeře
	20:30	porada/video
	22:00	2. večeře
	22:30	večerka
03.03.2021	8:15	snídaně
Středa	9:00	porada/video
	9:45 - 10:45	Off - ice
	11:00 - 12:45	led
		cool down
	13:30	oběd
		polední klid
	16:30	svačina
	17:00	sledování utkání Litoměřice - Prostějov
		off-ice
	20:00 - 21:15	led
		cool down
	22:00	večeře
	22:30	večerka

04.03.2021	7:00	snídaně
Čtvrtek	8:30	Covid test
	7:45	off-ice
	8:45 - 9:45	led
		cool down
	11:15	oběd
		polední klid
	14:00	svačina
	14:15	porada/video
	16:30 - 18:30	led
	19:00	večeře
		regenerace
	21:30	porada/video
	22:00	2. večeře
	22:30	večerka

05.03.2021	7:00	snídaně
Pátek	7:45	off-ice
	8:45 - 9:45	led
		cool down
	11:15	oběd
		polední klid
	14:00	svačina
	14:15	porada/video
	16:30 - 16:45	led brankáři
	16:45 - 18:30	led
	19:00	večeře
		regenerace
	21:30	porada/video
	22:00	2. večeře
	22:30	večerka

06.03.2021	7:45	Covid test
Sobota	8:00	snídaně
	9:00	porada/video
	11:30 - 13:15	led
	13:45	oběd
	14:00	ukončení akce