



Program reprezentace ČR 18
Přípravný kemp před MS
Vyškov
22. března - 7. dubna 2021



Datum	Čas	Akce
22.03.2021	16:00	sraz na ZS ve Vyškově
Pondělí		Covid test (od 15:45)
	16:45	warm up
	17:30 - 17:45	brankáři led
	17:45 - 19:15	led
	19:30	cool down
	20:10	bus do hotelu
		check-in do hotelu
	20:20	večeře
		porada/video
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka
23.03.2021	7:30	snídaně
Úterý	8:00	bus na ZS
	8:30	off-ice skupina A
	9:15	off-ice skupina B
	9:15 - 9:45	brankáři led
	9:45 - 10:30	led skupina A
	10:45 - 11:30	led skupina B
	10:45	cool down skupina A
	11:45	cool down skupina B
	12:15	bus do hotelu
	12:30	oběd
		polední klid
	15:15	svačina
	15:45	bus na ZS
	16:00	warm up
	17:00 - 18:30	led
	18:45	cool down
	19:15	bus do hotelu
	19:30	večeře
	21:00	porada/video
	22:00	2. večeře
	23:00	večerka

24.03.2021	7:30	snídaně
Středa	8:00	bus na ZS
	8:10	Covid test
	8:30	warm up
	9:15 - 10:45	led
	11:00	cool down
	11:20	bus do hotelu
	11:30	porada/video
	12:00	oběd
		polední klid
	14:30	svačina
	14:45	bus na ZS
	17:00	CZE - SVK
	19:30	posilovna
	20:00	bus do hotelu
	20:15	večeře
		porada/video
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka

25.03.2021	7:30	snídaně
Čtvrtek	8:00	bus na ZS
	8:10	Covid test
	8:30	warm up
	9:15 - 10:45	led
	10:30	cool down
	11:15	bus do hotelu
	11:30	porada/video
	12:00	oběd
		polední klid
	14:30	svačina
	14:45	bus na ZS
	17:00	CZE - SVK
	19:30	posilovna
	20:00	bus do hotelu
	20:15	večeře
		porada/video
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka

26.03.2021	8:00	snídaně
Pátek	8:20	bus na ZS
	8:45 - 9:15	off-ice
	9:15 - 9:45	brankáři led
	9:45 - 11:30	led
	11:45	cool down
	12:10	bus do hotelu
	12:20	oběd
		polední klid
	15:15	svačina
	15:30	bus na ZS
	16:00 - 17:00	tělocvična
	17:30	bus do hotelu
	18:30	večeře
	19:00	porada/video
	22:00	2. večeře
	23:00	večerka

27.03.2021	8:00	snídaně
Sobota	8:20	bus na ZS
	8:45 - 9:15	off-ice
	9:15 - 9:45	brankáři led
	9:45 - 11:30	led
	11:45	cool down
	12:15	bus do hotelu
	12:30	oběd
		polední klid
	15:15	svačina
		porada/video
	19:15	večeře
	22:00	2. večeře
	23:00	večerka

28.03.2021	7:30	snídaně
Neděle	8:00	bus na ZS
	8:30 - 9:15	off-ice skupina A
	9:15 - 10:00	off-ice skupina B
	9:15 - 9:45	brankáři led
	9:45 - 10:30	led skupina A
	10:45 - 11:30	led skupina B
	10:45	cool down skupina A
	11:45	cool down skupina B
	12:15	bus do hotelu
	12:30	oběd
		polední klid
	15:15	svačina
	15:45	bus na ZS
	16:00	warm up
	17:00 - 18:30	led
	18:45	cool down
	19:15	bus do hotelu
	19:30	večeře
	20:00	porada/video
	22:00	2. večeře
	23:00	večerka
29.03.2021	8:00	snídaně
Pondělí	8:20	bus na ZS
	8:30	Covid test
	8:45 - 9:15	off-ice
	9:15 - 9:45	brankáři led
	9:45 - 11:30	led
	11:45	cool down
	12:15	bus do hotelu
	12:30	oběd
		polední klid
	15:00	svačina
	15:15	porada/video
	15:45	bus na ZS
	17:30 - 17:45	brankáři
	17:45 - 19:15	led
	19:45	posilovna
	20:45	bus do hotelu
	21:00	večeře
	21:30	porada/video
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka

30.03.2021	7:30	snídaně
Úterý	8:00	bus na ZS
	8:30 - 9:15	off-ice
	9:15 - 9:45	brankáři led
	9:45 - 11:30	led
	11:45	cool down
	12:15	bus do hotelu
	12:30	oběd
		polední klid
	15:15	svačina
	15:45	bus na ZS
	16:00	warm up
	17:00 - 18:30	led
	18:45	cool down
	19:15	bus do hotelu
	19:30	večeře
	21:00	porada/video
	22:00	2. večeře
	23:00	večerka

31.03.2021	8:00	snídaně
Středa	8:20	bus na ZS
	8:45 - 9:15	off-ice
	9:15 - 9:45	brankáři led
	9:45 - 11:30	led
	11:45	cool down
	12:15	bus do hotelu
	12:30	oběd
		polední klid
	15:15	svačina
		porada/video
	19:15	večeře
	22:00	2. večeře
	23:00	večerka

01.04.2021	7:30	snídaně
Čtvrtek	8:00	bus na ZS
	8:30 - 9:15	off-ice skupina A
	9:15 - 10:00	off-ice skupina B
	9:15 - 9:45	brankáři led
	9:45 - 10:30	led skupina A
	10:45 - 11:30	led skupina B
	10:45	cool down skupina A
	11:45	cool down skupina B
	12:15	bus do hotelu
	12:30	oběd
		polední klid
	15:15	svačina
	15:45	bus na ZS
	16:00	warm up
	17:00 - 18:30	led
	18:45	cool down
	19:15	bus do hotelu
	19:30	večeře
	20:00	porada/video
	22:00	2. večeře
	23:00	večerka
02.04.2021	7:30	snídaně
Pátek	8:00	bus na ZS
	8:15	Covid test
	8:30	off-ice
	9:15 - 10:45	led
	11:00 - 11:45	posilovna
	12:00	bus do hotelu
	12:15	oběd
		polední klid
	15:15	svačina
	15:30	bus na ZS
	16:00 - 17:00	tělocvična
	16:30 - 17:30	led indiv.
	17:45	bus do hotelu
	19:15	večeře
	20:00	porada/video
	22:00	2. večeře
	23:00	večerka

03.04.2021	7:30	snídaně
Sobota	8:00	bus na ZS
	8:20	warm up
	9:15 - 10:30	led
	11:15	bus do hotelu
	11:30	oběd
		polední klid
	14:45	svačina
	15:00	porada/video
	15:15	bus na ZS
	17:30	modelové utkání
	19:45	posilovna
	20:45	bus do hotelu
	21:00	večeře
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka
04.04.2021	7:30	snídaně
Neděle	8:00	bus na ZS
	8:20	off-ice
	9:15 - 11:00	led
	11:15 - 12:00	posilovna
	12:15	bus do hotelu
	12:30	oběd
		polední klid
	15:15	svačina
	15:30	bus na ZS
	16:00 - 17:00	tělocvična
	16:30 - 17:30	led indiv.
	17:45	bus do hotelu
	19:15	večeře
	20:00	porada/video
	22:00	2. večeře
	23:00	večerka

05.04.2021	7:30	snídaně
Pondělí	8:00	bus na ZS
	8:20	warm up
	9:15 - 10:30	led
	11:15	bus do hotelu
	11:30	oběd
		polední klid
	14:45	svačina
	15:00	porada/video
	15:15	bus na ZS
	17:30	modelové utkání
	19:45	posilovna
	20:45	bus do hotelu
	21:00	večeře
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka

06.04.2021	7:30	snídaně
Úterý	8:00	bus na ZS
	8:15	Covid test
	8:30	off-ice
	9:15 - 11:00	led
	11:15 - 11:45	posilovna
	12:00	bus do hotelu
	12:15	oběd
		polední klid
	15:15	svačina
	15:30	bus na ZS
	16:00 - 17:00	tělocvična
	16:30 - 17:30	led indiv.
	17:45	bus do hotelu
	19:15	večeře
	20:00	porada/video
	22:00	2. večeře
	23:00	večerka

07.04.2021

Středa

7:30	snídaně
8:00	bus na ZS
8:20	warm up
9:15 - 10:30	led
11:15	bus do hotelu
11:30	oběd
	polední klid
14:45	svačina
15:00	porada/video
15:15	bus na ZS
17:30	modelové utkání
19:45	posilovna
20:45	bus do hotelu
21:00	večeře
22:30	2. večeře
23:00	večerka