



Program reprezentace ČR 20

Přípravný kemp  
Klášterec nad Ohří

12. - 15. 12. 2021



Datum	Čas	Činnost
12.12. neděle	15:30	sraz ZS Klášterec
	16:15 - 16:45	tělocvična
	<b>17:00</b>	<b>led brankáři</b>
	<b>17:15 - 18:30</b>	<b>led</b>
	19:00	večeře
	19:30	regenerace + fyziio
	21:45	2. večeře
	22:00	večerka
13.12. pondělí	8:00	snídaně
	8:30	meeting
	8:45 - 9:45	posilovna
	<b>10:00</b>	<b>led brankáři</b>
	<b>10:15 - 11:30</b>	<b>led</b>
	12:15	oběd
	<b>13:00</b>	<b>PCR testování</b>
	15:45	svačina
	16:00	meeting
	16:30 - 17:00	tělocvična
	<b>17:15</b>	<b>led brankáři</b>
	<b>17:30 - 18:45</b>	<b>led</b>
	19:30	večeře
20:00	regenerace + fyziio	
21:45	2. večeře	
22:00	večerka	
14.12. úterý	8:00	snídaně
	8:30	meeting
	8:45 - 9:45	posilovna
	<b>10:00</b>	<b>led brankáři</b>
	<b>10:15 - 11:30</b>	<b>led</b>
	12:15	oběd
	15:45	svačina
	16:00	meeting
	16:30 - 17:00	tělocvična
	<b>17:15</b>	<b>led brankáři</b>
	<b>17:30 - 18:45</b>	<b>led</b>
	19:30	večeře

	20:00	regenerace + fyzió
	21:45	2. večeře
	22:00	večerka
<b>15.12.</b>	6:00	snídaně + check out
<b>středa</b>	7:00	odjezd do Mnichova - svačina na cestu
	14:00	odlet do Edmontonu

