



Program ČR A ženy
Přípravný kemp + 2x CZE-FIN
Vierumäki
13. - 18. 12. 2021



Datum	Čas	Aktivita
13.12.2021	4:00	sraz na letišti Václava Havla
Pondělí	6:00	odlet do Amsterdamu
	13:10	přilet Helsinky
	14:00	přejezd do Vierumäki
	15:00	vybalení věcí na ZS
		oběd
		trénink večeře
14.12.2021	8:30 - 9:30	snídaně
Úterý	11:00	sraz v kabině
		rozcvičení
	12:15 - 13:30	led
		výklus, protažení
	14:30	oběd
		rozcvičení
	17:30 - 18:30	led
	výklus, protažení	
	19:30	večeře
	21:00	svačina
15.12.2021	6:30	snídaně
Středa	7:00	sraz v kabině
		rozcvičení
	8:00 - 8:45	robruslení
	11:00	oběd
	16:00	svačina
	16:15	video meeting
	17:50 - 18:10	rozbruslení
	18:30	utkání vs. FIN
		výklus, protažení
		21:30
16.12.2021	9:00	snídaně
Čtvrtek	11:30	oběd
	13:45 - 15:15	led
		výklus, protažení
	17:00	večeře
	20:00	svačina



Program ČR A ženy
Přípravný kemp + 2x CZE-FIN
Vierumaki
13. - 18. 12. 2021



Datum	Čas	Aktivita
17.12.2021	8:30	snídaně
Pátek		suchá příprava
	11:00	oběd
	14:00	utkání vs. FIN
		výklus protažení
	17:30	večeře
	20:00	svačina
18.12.2021	5:45	snídaňový balíček
Sobota	6:15	odjezd autobusu
	9:40	odlet
	10:50	přilet do Prahy Terminál 2
		ukončení akce