



Program reprezentace ČR Para
Přípravný kemp + turnaj IPH Cup
Ostrava
18.09. - 01.09. 2022



Datum	Čas	Činnost
18.09.2022 Neděle	20:00	sraz Quality hotel Ostrava
19.09.2022 Pondělí	7:30	budíček
	8:00	snídaně
	9:00	přesun na zimní stadion
	10:00	warm-up
	10:30 - 11:45	led
	12:15	přesun na hotel
	12:30	oběd
	15:00	meeting
	17:00	přesun na zimní stadion
	18:00	warm-up
	18:30 - 19:45	led
	20:15	přesun na hotel
	20:30	večeře
	22:00	večerka
20.09.2022 Úterý	7:30	budíček
	8:00	snídaně
	9:00	přesun na zimní stadion
	10:00	warm-up
	10:30 - 11:45	led
	12:15	přesun na hotel
	12:30	oběd
	15:00	meeting
	17:00	přesun na zimní stadion
	18:00	warm-up
	18:30 - 19:45	led
	20:15	přesun na hotel
	20:30	večeře
	22:00	večerka
21.09.2022 Středa	7:00	budíček
	7:15	snídaně
	8:00	přesun na zimní stadion
	9:15	rozcvička
	9:50	warm-up
	10:30	přípravné utkání vs. USA
	13:00	přesun na hotel

	13:30	oběd
	17:00	meeting
	18:30	večeře
	22:00	večerka
22.09.2022	7:30	budíček
Čtvrtek	8:00	snídaně
	9:00	přesun na zimní stadion
	10:00	warm-up
	10:00 - 11:15	led
	11:45	přesun na hotel
	12:15	oběd
	15:00	meeting
	14:45	přesun na zimní stadion
	15:30	warm-up
	16:00 - 17:15	led
	17:45	přesun na hotel
	18:15	večeře
	22:00	večerka
23.09.2022	7:30	budíček
Pátek	8:00	snídaně
	9:00 - 10:00	posilovna
	11:45	oběť/svačina
	13:00	přesun na zimní stadion
	13:30	warm up
	14:00 - 15:30	led
	16:00	přesun na hotel
	17:00	večeře
	19:00	meeting
	22:00	večerka
24.09.2022	8:00	budíček
Sobota	8:30	snídaně
	9:30	meeting
	10:30	přesun na zimní stadion
	11:00	warm up
	11:15 - 11:45	rozbruslení
	12:15	přesun na hotel
	12:30	oběd
	16:45	přesun na zimní stadion
	19:00	utkáni vs. Kanada
	21:30	přesun na hotel
	21:45	večeře
	22:15	večerka

25.09.2022	8:00	budíček
Neděle	8:30	snídaně
	9:30	meeting
	10:30	přesun na zimní stadion
	11:00	warm up
	11:15 - 11:45	rozbruslení
	12:15	přesun na hotel
	12:30	oběd
	16:45	přesun na zimní stadion
	19:00	utkání vs. USA
	21:30	přesun na hotel
	21:45	večeře
	22:15	večerka
26.09.2022	7:30	budíček
Pondělí	8:00	snídaně
	9:00	přesun na zimní stadion
	10:00	warm-up
	10:00 - 11:15	led
	11:45	přesun na hotel
	12:15	oběd
	15:00	meeting
	14:45	přesun na zimní stadion
	15:30	warm-up
	16:00 - 17:15	led
	17:45	přesun na hotel
	18:15	večeře
	22:00	večerka
27.09.2022	8:00	budíček
Úterý	8:30	snídaně
	9:30	meeting
	10:30	přesun na zimní stadion
	11:00	warm up
	11:15 - 11:45	rozbruslení
	12:15	přesun na hotel
	12:30	oběd
	16:45	přesun na zimní stadion
	19:00	utkání IPH Team
	21:30	přesun na hotel
	21:45	večeře
	22:15	večerka

Utkání play-off - program dle umístění v základní skupině