



Program reprezentace ČR 16  
Přípravný kemp + Turnaj tří zemí  
Nový Jičín, Kopřivnice  
05. - 12.02. 2023



Datum	Čas	Činnost
05.02.2023	13:00	sraz zimní stadion
Neděle	13:30	meeting s kustodem v kabině
	<b>14:30 - 15:30</b>	suchá - testy - prostor na ZS meeting v kabině + svačina v kabině
	<b>16:30 - 18:00</b>	<b>led - testy</b> výklus + protažení
	19:00	večeře - zimní stadion
	19:45	check in Hotel Abácie
	21:30	2. večeře - hotel
	22:00	večerka
06.02.2023	8:00	snídaně
Pondělí	8:30	meeting v kabině + zapracování
	<b>9:30 - 11:00</b>	<b>led</b> výklus + protažení
	12:00	oběd - zimní stadion
	14:30	svačina - hotel
	15:00	meeting - hotel
	16:00	zapracování
	<b>17:00 - 18:30</b>	<b>led</b> výklus + protažení
	19:30	večeře - zimní stadion
	21:30	2. večeře - hotel
	22:00	večerka
07.02.2023	8:00	snídaně
Úterý	9:00	meeting v kabině + zapracování
	<b>10:00 - 10:45</b>	<b>led</b> výklus + protažení
	11:45	oběd - zimní stadion
	14:30	svačina - hotel
	15:00	meeting - hotel
	15:30	zapracování
	<b>17:00</b>	<b>utkáni vs. Švédsko</b> výklus + protažení

	20:00	večeře - zimní stadion
	21:00	2. večeře - hotel
	22:00	večerka
<b>08.02.2023</b>	9:00	snídaně
<b>Středa</b>	9:30	meeting - hotel
	10:00	zapracování
	<b>11:00 - 12:30</b>	<b>led</b> výklus + protažení
	13:30	oběd - zimní stadion
	15:30	pohovory s trenéry + svačina - hotel
	16:45	odchod na utkání SWE - FIN <b>17:00</b>
	19:15	večeře - zimní stadion
	21:00	2. večeře
	22:00	večerka
<b>09.02.2023</b>	8:00	snídaně
<b>Čtvrtek</b>	9:00	meeting v kabině + zapracování
	<b>10:00 - 10:45</b>	<b>led</b> výklus + protažení
	11:45	oběd - zimní stadion
	14:00	svačina - hotel
	14:30	balení výstroje na zápas v kabině
	15:00	odjezd do Kopřivnice
	15:30	zapracování
	<b>17:00</b>	<b>utkání vs. Finsko, Kopřivnice</b> výklus + protažení
		balení výstroje zpět
	20:30	večeře - zimní stadion Nový Jičín
	22:00	večerka
<b>10.02.2023</b>	7:30	snídaně
<b>Pátek</b>	8:00	meeting v kabině + zapracování
	<b>9:00 - 9:45</b>	<b>led</b> výklus + protažení
	11:30	oběd - zimní stadion
	14:30	svačina . Hotel
	15:00	meeting - hotel
	15:30	zapracování
	<b>17:00</b>	<b>utkání vs. Švédsko</b> výklus + protažení
	20:00	večeře - zimní stadion
	21:00	2. večeře - hotel

	22:00	večerka
<b>11.02.2023</b>	7:30	snídaně
<b>Sobota</b>	8:00	meeting v kabině + zapracování
	<b>9:00 - 9:45</b>	<b>led</b>
		výklus + protažení
	11:30	oběd - zimní stadion
		bude upřesněno
	15:00	svačina - hotel
	19:00	večeře - zimní stadion
	21:00	2. večeře - hotel
	22:00	večerka
<b>12.02.2023</b>	7:30	snídaně
<b>Neděle</b>	8:00	meeting
	8:30	check out
	9:00	zapracování
	<b>10:30</b>	<b>utkáni vs. Finsko</b>
	13:30	ukončení akce, balíček na cestu