



Program brankáři reprezentace ČR 16 a ČR 17

Přípravný kemp

Praha

16. - 18.06.2023

Datum	Čas	Činnost
16.06.2023	15:15	sraz zimní stadion Hvězda Praha
Pátek		meeting s kustodem v kabině
	15:45 - 16:45	suchá - tělocvična ZŠ
	16:50	meeting v kabině
	17:30 - 19:45	led + svačina od kustoda v kabině mezi ledy
	20:00	protažení
	20:45	večeře
	21:30	check in Hotel Avion
	22:30	večerka
17.06.2023	8:45	snídaně
Sobota	9:45 - 10:45	suchá - tělocvična ZŠ
	10:50	meeting v kabině
	11:30 - 12:30	led
	13:30	oběd
	14:30	teorie + video
	15:45 - 16:45	suchá - tělocvična ZŠ
	16:50	meeting v kabině + svačina od kustoda v kabině
	17:30 - 18:30	led
	18.40	protažení
	19:30	večeře
	20:15	teorie + video
	21:30	2. večeře
	22:30	večerka
18.06.2023	7:45	snídaně
Neděle	8:45 - 9:45	suchá - tělocvična ZŠ
	9:50	meeting v kabině
	10:30 - 12:45	led + svačina od kustoda v kabině mezi ledy
	13.00 - 13:45	kompence fyziologie - tělocvična žíněnky ZS
	14:00	ukončení akce, balíček na cestu