



**ČESKÝ
HOKEJ**

Program reprezentace ČR 18 ženy

Turnaj 4 zemí

Chomutov

11. - 16.12. 2023



Datum	Čas	Činnost
11.12.2023	15:45	sraz na ZS
Pondělí		check in
	16:20	úvodní slovo
	16:30 - 17:30	suchá
	18:00 - 19:30	led (RINK B)
	19:45 - 20:15	cool down
	20:30	večeře
12.12.2023	8:00 - 9:30	snídaně
Úterý	9:50	sraz v kabině
	10:00 - 11:00	suchá
	11:30 - 12:45	led (RINK A)
	13:00 - 13:30	cool down
	14:00	oběd
	16:20	sraz v kabině
	16:30 - 17:00	suchá
	17:30 - 18:30	led
	18:45 - 19:15	cool down
	19:45	večeře
	21:30	svačina
13.12.2023	8:00 - 9:10	snídaně
Středa	9:20	sraz v kabině
	9:30 - 10:30	suchá
	11:00 - 12:15	led
	12:30 - 12:45	cool down
	13:15	oběd
		týmová aktivita / meeting
	15:30	svačina
	19:00	večeře
	21:00	svačina
14.12.2023	8:00 - 9:10	snídaně
Čtvrtek	9:35	sraz v kabině
	9:45 - 10:30	suchá
	11:00 - 11:30	led
	11:45 - 12:15	cool down
	12:45	oběd
	15:45	svačina / meeting
	16:10	sraz v kabině
	16:20 - 16:30	stick handling
	16:30 - 17:00	warm up
	17:35	rozbruslení
	18:15	utkáni vs. Švédsko
		cool down

	21:15	večeře
15.12.2023	8:00 - 9:10	snídaně
Pátek	9:35	sraz v kabině
	9:45 - 10:30	suchá
	11:00 - 11:30	led
	11:45 - 12:15	cool down
	12:45	oběd
	15:45	svačina / meeting
	16:10	sraz v kabině
	16:20 - 16:30	stick handling
	16:30 - 17:00	warm up
	17:35	rozbruslení
	18:15	utkáni vs. Finsko
		cool down
	21:15	večeře
16.12.2023	7:00 - 7:45	snídaně
Sobota	8:00	sraz v kabině
	8:10 - 8:40	suchá
	9:00 - 9:45	led
	10:00 - 10:30	cool down
	11:00	oběd
	12:45	svačina / meeting
	13:10	sraz v kabině
	13:20 - 13:30	stick handling
	13:30 - 14:00	warm up
	14:35	rozbruslení
	15:15	utkáni vs. Slovensko
		cool down
	18:00	večeře
		konec akce