



# BRANKÁŘI U15

## PROGRAM JEDNODENNÍHO KEMPU ČSLH

ČAS	UDÁLOST	TÉMA
8:30	Sraz	
9:00 – 9:30	Off ice	Dynamické rozcvičení Práce s tenisáky
10:00 – 11:00	Led 1	Adaptive skating Hra zpoza brány, zóny 1 - 4
11:15 – 12:15	Led 2	Aktivní paže
12:45	Oběd	
13:30 – 14:15	Teorie	
14:30	Ukončení kempu	

