

## Program reprezentace U18

Přípravný kemp před MS, 2. - 8. dubna 2012, Havlíčkův Brod

Sraz: 17:30 pondělí 2.4.2012 ZS Havlíčkův Brod

Tréninky: ZS Havlíčkův Brod

### Pondělí

2.4.2012

17:30	sraz
18:00	svačina
20:00 - 21:00	led
21:45	večeře
22:00	večerka

### Úterý

3.4.2012

7:45	budíček
8:00	snídaně
8:30	porada
8:45-9:30	suchá
10:00-11:30	led
12:30	oběd
13:00-14:30	odpočinek
15:00	svačina, porada
15:45-16:30	suchá
17:00-18:30	led
18:30-19:30	regenerace
20:00	večeře
21:30	svačina
22:00	večerka

### Středa

4.4.2012

7:45	budíček
8:00	snídaně
8:30	porada
8:45-9:15	suchá
10:00-11:30	led
12:30	oběd
15:00	svačina, porada
15:45-16:30	suchá
17:00-18:30	led
18:30-19:30	regenerace
20:00	večeře
21:30	svačina
22:00	večerka

### Čtvrtek

5.4.2012

7:45	budíček
8:00	snídaně
8:30	porada
8:45-9:30	suchá
10:00-11:30	led
12:30	oběd
13:00-14:30	odpočinek
15:00	svačina, porada
15:45-16:30	suchá
17:00-18:30	led
18:30-19:30	regenerace

20:00	večeře
21:30	svačina
22:00	večerka

**Pátek  
6.4.2012**

7:45	budíček
8:00	snídaně
8:30	porada
8:45-9:30	suchá
10:00-11:30	led
12:30	oběd
13:00-14:30	odpočinek
15:00	svačina, porada
15:45-16:30	suchá
17:00-18:30	led
18:30-19:30	regenerace
20:00	večeře
21:30	svačina
22:00	večerka

**Sobota  
7.4.2012**

7:45	budíček
8:00	snídaně
8:30	porada
9:00-9:30	suchá
10:00-11:30	led
12:00	oběd
12:30-14:00	odpočinek
14:30	svačina, porada
<b>17:00</b>	<b>UTKÁNÍ (CZE U19)</b>
19:30-20:30	regenerace
21:00	večeře
22:00	svačina
22:30	večerka

**Neděle  
8.4.2012**

7:45	budíček
8:00	snídaně
8:45-9:30	suchá
10:00-11:00	led
12:00	oběd
<b>13:00</b>	<b>přesun do Brna</b>