

Program reprezentace U16

Turnaj čtyř zemí v Litvínově, 3. - 9. února 2014

Sraz: pondělí 3. února v 15:00, ZS Litvínov
Konec akce: neděle 9. února ve 20:00 (po skončení utkání), ZS Litvínov

Pondělí 3.2.2014

Sraz ZS Litvínov 15:00
Trénink led 16:00-16:45
Regenerace 17:00-18:30
Večeře 19:00
Svačina 21:30
Večerka 22:00

Úterý 4.2.2014

Budíček 8:00
Snídaně 8:15
Trénink sucho 9:00-9:30
Trénink led 10:00-11:15
Oběd + polední klid 12:30
Svačina 15:00
Trénink sucho 16:00-16:30
Trénink led 17:00-18:15
Večeře 19:15
Svačina 21:30
Večerka 22:00

Středa 5.2.2014

Budíček 8:00
Snídaně 8:15
Trénink sucho 9:00-9:30
Trénink led 10:00-11:15
Oběd + polední klid 12:30
Svačina 15:00
Trénink sucho 16:00-16:30
Trénink led 17:00-18:15
Večeře 19:15
Svačina 21:30
Večerka 22:00

Čtvrtek 6.2.2014

Budíček 8:00
Snídaně 8:15
Trénink sucho 9:00-9:30
Trénink led 10:00-11:15
Oběd + polední klid 12:30
Svačina 15:00
Video 15:30-16:00
Extraliga Litvínov-Sparta 17:30-20:00
Večeře 20:00
Svačina 21:30
Večerka 22:00

Pátek 7.2.2014

Budíček 7:45
Snídaně 8:00
Trénink sucho 9:00-9:30
Trénink led 10:00-10:30
Oběd + polední klid 12:00
Svačina 14:30
Odjezd na ZS Most 15:15
Utkání CZE – SWE, ZS Most 17:30-19:30
Večeře 21:00
Večerka 22:00

Sobota 8.2.2014

Budíček 8:00
Snídaně 8:30
Trénink led 10:00-10:30
Oběd + polední klid 12:00
Svačina 14:45
Utkání CZE – FIN, ZS Litvínov 17:30-19:30
Večeře 20:30
Večerka 22:00

Neděle 9.2.2014

Budíček 8:00
Snídaně 8:30
Trénink led 10:00-10:30
Oběd + polední klid 12:00
Svačina 14:45
Utkání CZE – RUS, ZS Litvínov 17:30-19:30
Ukončení akce 20:00