

Program reprezentace U18

Soustředění v Třemošné, 26. - 30. července 2014

Sraz: Sobota 26.7.2014 Hotel Zruč / ZS Třemošná
Trénink: ZS Třemošná Sportovní areál Zruč

Sobota 26.7.2014

9:30	sraz na ZS
11:00-12:00	led
12:30	bus
12:45	oběd
13:15	odpočinek
14:45	svačina
15:00	bus
15:20	sucho posilovna+hřiště
17:15-19:00	led
19:30	bus
19:45	večeře I
21:00	porada
21:30	večeře II
22:00	večerka

Neděle 27.7.2014

7:15	budíček
7:30	snídaně
8:30	sucho Zruč
9:30	bus
10:30-11:15	led I
11:30-12:15	led II
12:45	bus
13:00	oběd
13:30	odpočinek
14:45	svačina
15:00	bus
15:20	sucho posilovna+hřiště
17:15-19:00	led
19:30	bus
19:45	večeře I
21:00	porada
21:30	večeře II
22:00	večerka

Pondělí 28.7.2014

7:15	budíček
7:30	snídaně
8:30	sucho Zruč
9:30	bus
10:30-11:15	led I
11:30-12:15	led II
12:45	bus

13:00	oběd
13:30	odpočinek
14:45	svačina
15:00	bus
15:20	sucho posilovna+hřiště
17:15-19.00	led
19:30	bus
19:45	večeře I
21:00	porada
21:30	večeře II
22:00	večerka

Úterý 29.7.2014

7:15	budíček
7:30	snídaně
8:30	sucho Zruč
9:30	bus
10:30-11:15	led I
11:30-12:15	led II
12:45	bus
13:00	oběd
13:30	odpočinek
14:45	svačina
15:00	bus
15:20	sucho posilovna+hřiště
17:15.19:00	led
19:30	bus
19:45	večeře I
21:00	porada
21:30	večeře II
22:00	večerka

Středa 30.7.2014

7:15	budíček
7:30	snídaně
8:00	bus
9:00-10:00	sucho ZS
10:30-12:00	led
12:30	bus
13:00	oběd
13:30	ukončení akce