

Program reprezentace U20

Kemp a turnaj čtyř zemí, Novogorsk (Rusko)

Sraz: 4.11.2013 do 8:00, ZS Rokycany, Růžičkova 1018

Ubytování: Hotel Sport - Garni, Rokycany ZS
provozovatel: Jaroslav Beneš, mobil: 777 003 969
Čapkova 1083, Rokycany www.hotelsportrokycany.cz

pondělí	4.11.2013	snídaně	7:30
		sraz -kabina	8:00
		suchá příprava	9:00 - 9:30
		trénink led	10:00 - 11:30
		oběd	12:15
		odpočinek	12:30
		svačina	14:45
		porada - video	15:00
		suchá příprava	15:30 - 16:00
		trénink led	16:30 - 18:00
		večeře	18:45
		večeře II. - snack	21:00
		večerka	22:00
úterý	5.11.2013	budíček	8:00
		snídaně	8:15
		suchá příprava	9:00 - 9:30
		trénink led	10:00 - 11:30
		oběd	12:15
		odpočinek	12:30
		svačina	14:45
		porada - video	15:00
		suchá příprava	15:30 - 16:00
		trénink led	16:30 - 18:00
		večeře	18:45
		večeře II. - snack	21:00
		večerka	22:00
středa	6.11.2013	budíček	8:00
		snídaně	8:15
		suchá příprava	9:00 - 9:30
		trénink led	10:00 - 11:30
		oběd	12:15
		odpočinek	12:30
		svačina	14:45
		porada - video	15:00
		suchá příprava	15:30 - 16:00
		trénink led	16:30 - 18:00
		večeře	18:45
		večeře II. - snack	21:00
		večerka	22:00
čtvrtek	7.11.2013	budíček	7:00
		snídaně	7:15
		check out z hotelu	7:30
		balení výzbroje	7:45
		bus + vlek	8:00
		odjezd od ZS Rokycany	8:30

		příjezd Praha Ruzyně I.	9:30
		odlet Praha - Moskva, Šereme	11:30
		přílet Moskva, Šeremetěvo	17:15
		odjezd z letiště	17:45
		příjezd do arény	19:00
		check in hotel T.b.a.	19:30
		večeře	19:45
		večerka	22:00
pátek	8.11.2013	budíček	7:00
		snídaně	7:15
		odjezd do arény	7:45
		trénink led	9:00 - 9:45
		oběd	11:00
		odpočinek	11:15
		svačina	14:00
		odjezd do arény	14:15
		porada	14:30
		<u>zápas CZE20 - SWE20</u>	<u>16:30 - 18:45</u>
		odjezd do hotelu	19:45
		večeře	20:00
		večerka	23:00
sobota	9.11.2013	budíček	8:30
		snídaně - brunch	9:00
		procházka	9:30
		oběd	11:00
		odpočinek	11:15
		porada	12:30
		odjezd do arény	12:45
		<u>zápas CZE20 - FIN20</u>	<u>15:00 - 17:15</u>
		odjezd do hotelu	18:15
		večeře	18:30
		večeře II. - snack	21:00
		večerka	22:00
neděle	10.11.2013	budíček	7:00
		snídaně	7:15
		odjezd do arény	7:45
		trénink led	10:00 - 10:45
		odjezd do hotelu	11:30
		oběd	11:45
		odpočinek	12:00
		svačina	14:00
		odjezd do arény	14:15
		porada	14:30
		<u>zápas CZE20 - RUS20</u>	<u>16:30 - 18:45</u>
		balení výstroje	19:30
		odjezd na letiště	20:30
		příjezd na letiště Šeremetěvo	21:30
		Moskva - Praha	23:30
		přílet Praha Ruzyně I.	23:15
		odjezd z letiště do Rokycan	23:45
		příjezd do Rokycan	0:45
		odevzdání výstroje	0:45
		ukončení akce	1:00