



Program reprezentace ČR 18
Přípravný kemp
Zlín
3. - 8.8.2020



Datum	Čas	Akce
03.08.2020	14:30	sraz na ZS ve Zlíně
Pondělí		svačina v šatně
	15:30	zapracování mimo led
	16:30 - 18:30	led
		výklus, protažení
		přesun do hotelu
	19:30	večeře
	20:15	porada
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka
04.08.2020	7:15	snídaně
Úterý	8:00	porada
	9:00	zapracování mimo led
	9:30 - 10:15	posilovna/tělocvična - skupina B
	9:30 - 10:30	led - skupina A
	10:45 - 11:45	led - skupina B
	11:00 - 11:45	posilovna/tělocvična - skupina A
	12:15	oběd
		polední klid
	14:45	svačina
	15:00	porada
	16:30 - 18:30	led
		výklus, protažení
	19:15	večeře
	20:00	porada
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka
05.08.2020	7:15	snídaně
Středa	8:00	porada
	9:00	zapracování mimo led
	9:30 - 10:15	posilovna/tělocvična - skupina B
	9:30 - 10:30	led - skupina A
	10:45 - 11:45	led - skupina B
	11:00 - 11:45	posilovna/tělocvična - skupina A
	12:15	oběd
		polední klid
	14:45	svačina
	15:00	porada
	16:30 - 18:30	led
		výklus, protažení
	19:15	večeře
	20:00	porada
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka

06.08.2020	7:15	snídaně
Čtvrtek	8:00	porada
	9:00	zapracování mimo led
	9:30 - 10:15	posilovna/tělocvična - skupina B
	9:30 - 10:30	led - skupina A
	10:45 - 11:45	led - skupina B
	11:00 - 11:45	posilovna/tělocvična - skupina A
	12:15	oběd
		polední klid
	14:45	svačina
	15:00	porada
	16:30 - 18:30	led
		výklus, protažení
	19:15	večeře
	20:00	porada
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka
07.08.2020	7:15	snídaně
Pátek	8:00	porada
	9:00	zapracování mimo led
	9:30 - 10:15	posilovna/tělocvična - skupina B
	9:30 - 10:30	led - skupina A
	10:45 - 11:45	led - skupina B
	11:00 - 11:45	posilovna/tělocvična - skupina A
	12:15	oběd
		polední klid
	14:45	svačina
	15:00	porada
	16:30 - 18:30	led
		výklus, protažení
	19:15	večeře
	20:00	porada
	22:30	2. večeře
	23:00	večerka
08.08.2020	8:00	snídaně
Sobota	8:30	porada
		check-out z hotelu
	9:30	zapracování mimo led
	10:30 - 11:30	led
	12:00	balíček na cestu
	12:15	ukončení akce na ZS ve Zlíně