



Program ČR A ženy
Přípravný kemp + 2x CZE-DEN
Chomutov
1. - 5.11.2021



Datum	Čas	Aktivita
01.11.2021 Pondělí	16:30	sraz zahájení akce svačina v kabině rozcvičení
	18:30 - 20:00	trénink led výklus, protažení
	21:00	večeře
02.11.2021 Úterý	7:30	snídaně
	8:20 - 9:00	suchá příprava na hotelu
	9:15 - 10:30	trénink led
	10:40 - 11:10	výklus, protažení
	11:45	oběd
	14:00	svačina video porada
	15:00 - 15:40	rozcvičení
	16:00 - 17:30	trénink led
	17:40 - 18:15	výklus, protažení
	18:45	večeře
21:00	svačina	
03.11.2021 Středa	7:30	snídaně
	8:20 - 9:00	suchá příprava na hotelu
	9:15 - 10:30	trénink led
	10:40 - 11:10	výklus, protažení
	11:45	oběd
	14:00	svačina video porada
	15:00 - 15:40	rozcvičení
	16:00 - 17:30	trénink led
	17:40 - 18:15	výklus, protažení
	18:45	večeře
21:00	svačina	



Program ČR A ženy
Přípravný kemp + 2x CZE-DEN
Chomutov
1. - 5.11.2021



Datum	Čas	Aktivita
04.11.2021	7:30	snídaně
Čtvrtek	8:20 - 9:00	suchá příprava na hotelu
	9:15 - 10:00	trénink led
	10:10 - 10:40	výklus, protažení
	11:15	oběd
		video porada
	13:30	svačina
	14:00	sraz v kabině
	15:20 - 15:40	rozbruslení
	16:00	zápas vs. DEN
	18:30 - 19:00	výklus, protažení
	19:15	večeře
	21:30	svačina
05.11.2021	7:30	snídaně
Pátek	8:20 - 9:00	suchá příprava na hotelu
	9:15 - 10:00	trénink led
	10:10 - 10:40	výklus, protažení
	11:15	oběd
		video porada
	13:30	svačina
	14:00	sraz v kabině
	15:20 - 15:40	rozbruslení
	16:00	zápas vs. DEN
		závěrečná nominace na kvalifikaci OH