



Program brankáři reprezentace ČR 16, ČR 17

Tréninkový kemp

Slaný

06.- 08.06. 2024

Datum	Čas	Činnost
06.06.2024	15:15	sraz zimní stadion Slaný
Čtvrtek		meeting s kustodem v kabině
	15:45 - 16:45	suchá - tělocvična
	16:50	meeting v kabině
	17:30 - 19:45	led + svačina od kustoda v kabině mezi ledy
	20:00	protážení
	20:45	večeře
	21:30	check in Hotel
	22:30	večerka
07.06.2024	8:45	snídaně
Pátek	9:45 - 10:45	suchá - tělocvična
	10:50	meeting v kabině
	11:30 - 12:30	led
	13:30	oběd
	14:30	teorie + video (cca 30 minut)
	15:45 - 16:45	suchá
	16:50	meeting v kabině + svačina od kustoda v kabině
	17:30 - 18:30	led
	18.40	protážení
	19:30	večeře
	20:15	teorie + video
	21:30	II. večeře
	22:30	večerka
08.06.2024	7:45	snídaně
Sobota	8:45 - 9:45	suchá - tělocvična
	9:50	meeting v kabině
	10:30 - 12:45	led + svačina od kustoda v kabině mezi ledy
	13:00 - 13:45	kompence fyziologie - tělocvična
	14:00	ukončení akce, balíček na cestu