



Program reprezentace ČR 16 ženy
Přípravný kemp a EYOF 2025
Liberec, Tbilisi
2. - 11. 2. 2025



Datum	Čas	Činnost
2.2.2025	8:30	sraz - Svijanská arena v Liberci
Neděle	9:15 - 10:15	suchá (tělocvična)
	10:45 - 12:00	led
	12:15 - 12:45	výklus, protažení
	13:15	check - in na hotelu
	13:30	oběd
	15:30	meeting
	16:00	svačina
	16:45 - 17:45	suchá (tělocvična)
	18:15 - 19:30	led
	19:45 - 20:15	výklus, protažení
	20:45	večeře
3.2.2025	7:30	snídaně
Pondělí	8:30 - 9:30	suchá (tělocvična)
	10:00 - 11:15	led
	11:30 - 12:00	výklus, protažení
	12:30	oběd
	15:00	svačina
	16:00 - 17:00	suchá (tělocvična)
	17:30 - 18:45	led
	19:00 - 19:30	výklus, protažení
	20:00	večeře
	20:30	meeting
4.2.2025	6:30	snídaně
Úterý	7:00	check-out z hotelu odjezd na letiště Kbely
		TBD
5.2.2025	8:30 - 10:00	snídaně
Středa	10:15	odjezd na ZS (40 min)
	11:15 - 12:15	suchá
	12:45 - 13:45	led
	14:00 - 14:20	výklus, protažení
	14:40	odjezd na hotel
	15:15	oběd
	18:30 - 20:30	večeře
	21:00	trenérský meeting (J.L.-místo Hotels&Preference Hualing Tbilisi Hotel)
6.2.2025	6:00 - 6:40	snídaně
Čtvrtek	6:40	odjezd na ZS
	7:30 - 8:00	suchá
	8:15 - 8:45	led
	9:00 - 9:20	výklus, protažení
	9:40	odjezd na hotel
	11:00	oběd

	12:00	odjezd na ZS
	12:50 - 13:20	warm up
	13:50 - 14:10	rozbruslení
	14:30	utkáni CZE - SVK
	17:45	výklus, protažení
	18:30 (do 22:00)	odjezd na hotel večeře
7.2.2025	6:00 - 6:40	snídaně
Pátek	6:40	odjezd na ZS
	7:30 - 8:00	suchá
	8:15 - 8:45	led
	9:00 - 9:20	výklus, protažení
	9:40	odjezd na hotel
	11:00	oběd
	12:00	odjezd na ZS
	12:50 - 13:20	warm up
	13:50 - 14:10	rozbruslení
	14:30	utkáni SUI - CZE
	17:45	výklus, protažení
	18:30 (do 22:00)	odjezd na hotel večeře
8.2.2025	7:30 - 9:00	snídaně
Sobota	9:00	odjezd na ZS
	10:00 - 10:45	suchá
	11:15 - 11:45	led
	12:00 - 12:20	cool down
	12:40	odjezd na hotel
	13:15	oběd
		meeting
	17:00 (do 22:00)	večeře
9.2.2025	TBD	
Neděle		
10.2.2025	TBD	
Pondělí		
11.2.2025		snídaně
Úterý		check-out z hotelu
		odjezd na letiště
		odlet do Prahy
		přilet letiště Praha - Kbely