



Program reprezentace ČR 16  
Skills Camp II.  
Praha  
01.10.2023



Datum	Čas	Činnost
01.10.2023 Neděle	10:30	Sraz na ZS
	10:45 - 11:30	Stickhandling s kuličkou
	11:45	Oběd
	12:15 - 12:45	Meeting
	<b>13:30 - 14:20</b>	<b>Trénink na ledě</b> Trénink brankářů <b>IČJ</b> Bruslení- technika, hrany, změny směru, koordinace vedení kotouče, technika hole přihrávky- kvalita, přesnost, tvrdost timing, zpracování střelba - druhy střelby technika, pohotovost, přesnost, střelba z první.... Úprava ledu
	<b>14:40 - 15:30</b>	<b>Trénink na ledě</b> <b>Individuální rozvoj herních dovedností</b> orientace v předbrankovém prostoru clonění, tečování, dorážení, tlak do branky osobní souboje, vedení souboje, odebírání kotouče, krytí kotouče, odebírání kotouče od mantinelu <b>součinnost hráčů v herních činnostech</b>
	15:45 - 16:15	Uvolnění, (rolování)
	16:15	Exit Meeting
	<b>16:30</b>	<b>Ukončení akce</b>