

PROGRAM TÝDNE (01. 07. - 07. 07. 2020)

PANTHERS

STŘEDA

15:00	SRAZ V ŠATNĚ
15:45 – 16:15	rozcvička, hřiště
16:00	VIP místnost, meeting s rodiči, info o škole
16:45 – 17:45	led
18:00	KONEC DNE
19:00	večeře pro ubytované
21:30	večerka

ČTVRTEK

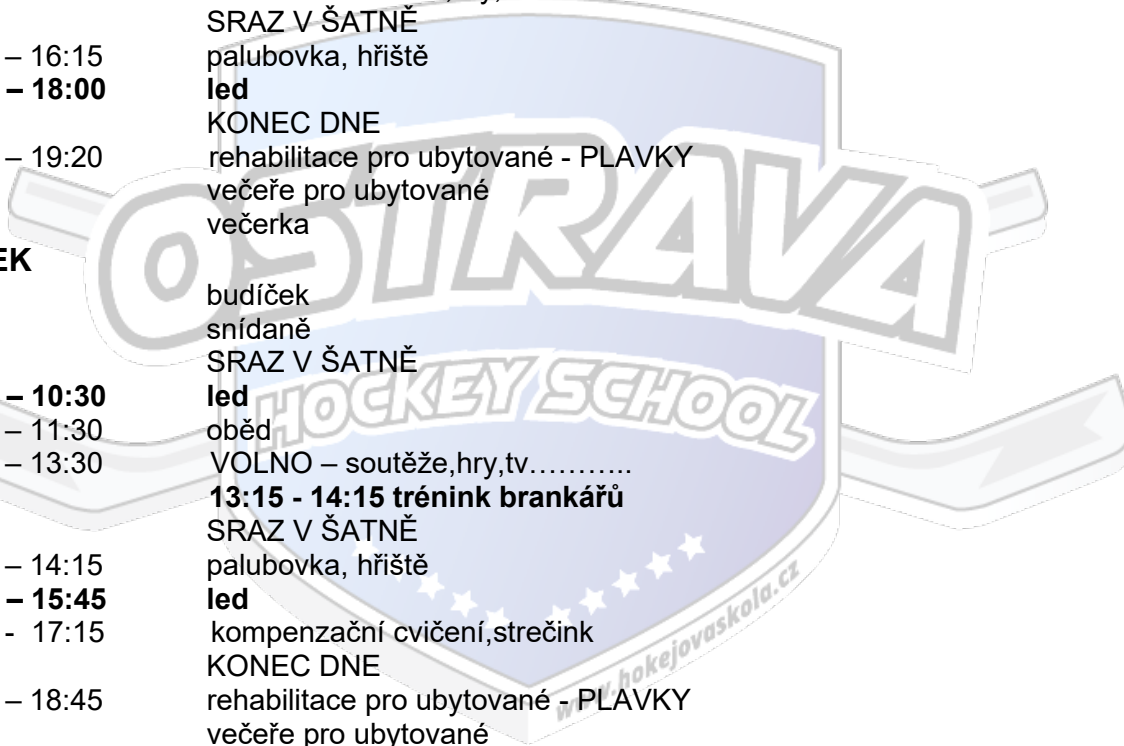
08:00	budíček
08:20	snídaně
09:00	SRAZ V ŠATNĚ
09:15 – 10:15	palubovka, hřiště
10:45 – 11:45	led
12:30 – 13:00	oběd
13:15 – 15:00	VOLNO – soutěže, hry, tv.....
15:15	SRAZ V ŠATNĚ
15:30 – 16:15	palubovka, hřiště
17:00 – 18:00	led
18:15	KONEC DNE
18:30 – 19:20	rehabilitace pro ubytované - PLAVKY
19:30	večeře pro ubytované
21:30	večerka

PÁTEK

07:45	budíček
08:00	snídaně
09:00	SRAZ V ŠATNĚ
09:30 – 10:30	led
11:00 – 11:30	oběd
11:45 – 13:30	VOLNO – soutěže, hry, tv.....
	13:15 - 14:15 trénink brankářů
13:30	SRAZ V ŠATNĚ
13:45 – 14:15	palubovka, hřiště
14:45 – 15:45	led
16:15 - 17:15	kompenzační cvičení, strečink
17:45	KONEC DNE
18:00 – 18:45	rehabilitace pro ubytované - PLAVKY
19:00	večeře pro ubytované
21:30	večerka

SOBOTA

08:20	budíček
08:40	snídaně
10:00	SRAZ V ŠATNĚ
10:45 – 11:45	led
12:15	oběd
13:00 – 15:00	VOLNO – soutěže, hry, tv.....
15:15	SRAZ V ŠATNĚ
15:30 – 16:15	palubovka, hřiště
17:00 – 18:00	led
18:15	KONEC DNE
18:45	večeře pro ubytované
21:30	večerka



PROGRAM TÝDNE (01. 07. - 07.07. 2020)
PANTHERS

NEDĚLE

08:10	budíček
08:40	snídaně
09:45	SRAZ V ŠATNĚ
10:00 – 11:00	palubovka, hřiště
12:00 – 13:00	led
13:15 – 14:15	TRÉNINK BRANKÁŘŮ
13:30 – 14:00	oběd
14:15 – 16:15	VOLNO – soutěže, hry, tv.....
16:30	SRAZ V ŠATNĚ
16:45 – 17:45	palubovka, hřiště
18:15 – 19:15	led
19:30	KONEC DNE
20:00	večeře pro ubytované
21:30	večerka

PONDĚLÍ

07:00	budíček
07:15	snídaně
07:45	SRAZ V ŠATNĚ: V PŘÍPADĚ HEZKÉHO POČASÍ SPORTOVNÍ DOPOLEDNE - LETNÍ KOUPALIŠTĚ (minigolf, beach volej, fotbal)
13:30	oběd
08:15 – 09:15	led: V PŘÍPADĚ ŠPATNÉHO POČASÍ
09:45 – 10:45	palubovka, hřiště
11:00 – 11:30	oběd
11:45 – 13:45	VOLNO – soutěže, hry, tv.....
14:00	SRAZ V ŠATNĚ
14:30 – 15:30	led
15:45 – 16:45	kompenzační cvičení , strečink
17:00 – 17:45	rehabilitace – PLAVKY
18:00	KONEC DNE
18:15	večeře pro ubytované
19:30	McDonald's pro ubytované

ÚTERÝ

07:45	budíček
08:00	snídaně
09:00	SRAZ V ŠATNĚ
09:30 – 10:30	led
11:00	KONEC TÝDNE

NÁVŠTĚVA KOUPALIŠTĚ DLE POČASÍ A MOŽNOSTI.

PROGRAM PRO HRÁČE, KTERÍ JSOU UBYTOVÁNI A ZŮSTÁVAJÍ DALŠÍ TÝDEN:

12:00	OBĚD
13:15 – 15:15	ODPOLEDNÍ KLID
15:30 – 17:30	FOTBAL, BASKET,
19:00	VEČEŘE
21:30	VEČERKA