

PROGRAM TÝDNE (08. 07. - 14. 07. 2021)

PANTHERS

ČTVRTEK

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

PÁTEK

08:00	budíček
08:15	snídaně
09:00	SRAZ V ŠATNĚ
09:15 – 10:15	palubovka, hřiště
10:45 – 11:45	led
12:15 – 13:00	oběd
13:15 – 15:00	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
13:15 – 14:15	trénink brankářů
15:15	SRAZ V ŠATNĚ
15:30 – 16:30	palubovka, hřiště
17:00 – 18:00	led
18:15	KONEC DNE
18:15 – 19:30	Stars game – možnost sledování zápasu pro ubytované
18:20 – 19:05	rehabilitace pro ubytované - PLAVKY
19:15	večeře pro ubytované
21:30	večerka

SOBOTA

08:00	budíček
08:15	snídaně
09:00	SRAZ V ŠATNĚ
09:30 – 10:30	led
11:00 – 11:45	oběd
12:00 – 14:00	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
14:15	SRAZ V ŠATNĚ
14:30 – 15:15	palubovka, hřiště
15:45 – 16:45	led
17:00 - 17:45	kompenzační cvičení, strečink
18:00	KONEC DNE
18:15	večeře pro ubytované
21:30	večerka

PROGRAM TÝDNE (08. 07. - 14. 07. 2021)

PANTHERS

NEDĚLE

08:30	budíček
08:45	snídaně
10:15	SRAZ V ŠATNĚ
10:45 – 11:45	led
12:30-13:00	oběd
13:15 – 15:00	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
13:15 - 14:15	trénink brankářů
15:15	SRAZ V ŠATNĚ
15:30 – 16:30	palubovka, hřiště
17:00 – 18:00	led
18:15	KONEC DNE
18:30	večeře pro ubytované
21:30	večerka

PONDĚLÍ

08:00	budíček
08:15	snídaně
9:15	SRAZ V ŠATNĚ
09:30 – 10:15	palubovka, hřiště
10:45- 11:45	led
13:15 - 14:15	skills trénink: pro zájemce
12:15 – 13:00	oběd
13:15 – 15:15	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
15:30	SRAZ V ŠATNĚ
15:45 – 16:30	palubovka, hřiště
17:00- 18:00	led
18:30- 19:15	rehabilitace pro všechny – donést plavky!
19:30	KONEC DNE
19:45	večeře pro ubytované
21:30	večerka

ÚTERÝ

V PŘÍPADĚ HEZKÉHO POČASÍ SPORTOVNÍ DOPOLEDNE - LETNÍ KOUPALIŠTĚ
(beach volejbal, stolní tenis, fotbal, badminton atd.) **Pokud nebude vhodné počasí, na koupaliště se NEJDE.**

Pokud se PŮJDE na koupaliště:

07:00	budíček
07:15	snídaně
07:45	SRAZ V ŠATNĚ
	KOUPALIŠTĚ
12:30 - 13:00	oběd

PROGRAM TÝDNE (08. 07. - 14. 07. 2021)

PANTHERS

13:00- 14:00	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
13:15 - 14:15	skills trénink: pro zájemce
14:00	SRAZ V ŠATNĚ
14:30 – 15:30	led
15:45 – 16:45	kompenzační cvičení, strečink
17:00 – 17:45	rehabilitace pro všechny – donést plavky!
18:00	KONEC DNE
18:15	večeře pro ubytované
19:30	McDonald's pro ubytované
21:30	večerka

Pokud se NEPŮJDE na koupaliště:

07:00	budíček
07:15	snídaně
07:45	SRAZ V ŠATNĚ
08:15 – 09:15	led
09:45 – 10:30	palubovka, hřiště
11:00 – 11:30	oběd
11:45 – 13:45	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
13:15 - 14:15	skills trénink: pro zájemce
14:00	SRAZ V ŠATNĚ
14:30 – 15:30	led
15:45 – 16:45	kompenzační cvičení, strečink
17:00 – 17:45	rehabilitace pro všechny – donést plavky!
18:00	KONEC DNE
18:10	večeře pro ubytované
19:30	McDonald's pro ubytované
21:30	večerka

STŘEDA

08:00	budíček
08:15	snídaně
09:00	SRAZ V ŠATNĚ
09:30 – 10:30	led
11:00	KONEC TÝDNE

Děti se mohou těšit na možnost seznámení s různými profesionálními hokejovými hráči, ať už z NHL, KHL nebo české extraligy, kteří se přijdou podepsat do šaten.

**DĚKUJEME VŠEM ZA TENTO TÝDEN A PŘEJEME
HEZKÝ ZBYTEK PRÁZDNIN!**