

# PROGRAM TÝDNE (1.07. - 7.07. 2022)

## KINGS

### PÁTEK

<b>14:45</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
15:15 – 16:15	tělocvična, hřiště
<b>17:00 – 18:00</b>	<b>LED</b>
15:30	<b>VIP místnost: meeting s rodiči, informace o chodu hokejové školy</b>
<b>18:15</b>	<b>KONEC DNE</b>
19:00	večeře pro ubytované
21:30	večerka

### SOBOTA

7:00	budíček
7:15	snídaně
<b>7:45</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
<b>8:15 – 9:15</b>	<b>led</b>
9:45 – 10:45	tělocvična , hřiště
11:15 – 11:45	oběd
11:45 – 13:45	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
<b>13:15 – 14:15</b>	<b>skills – individuální trénink pro zájemce</b>
<b>14:00</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
<b>14:30 – 15:30</b>	<b>led</b>
15:45 – 16:45	kompenzační cvičení, strečink, hry
<b>17:15</b>	<b>KONEC DNE</b>
19:30 – 20:45	Stars game – možnost sledování zápasu pro ubytované
18:20	večeře pro ubytované
21:30	večerka

### NEDĚLE

8:30	budíček
8:50	snídaně
<b>9:30</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
9:45 – 10:15	tělocvična, hřiště
<b>10:45 – 11:45</b>	<b>led</b>
12:30 – 13:00	oběd
13:15 – 15:00	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
<b>13:15 – 14:15</b>	<b>brankáři</b>
<b>15:15</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
15:30 – 16:15	tělocvična, hřiště
<b>17:00 – 18:00</b>	<b>led</b>
<b>18:15</b>	<b>KONEC DNE</b>
19:20	večeře pro ubytované
21:30	večerka

# PROGRAM TÝDNE (1. 07. – 7. 07. 2022)

## KINGS

### PONDĚLÍ

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:**

07:15	budíček
07:30	snídaně
<b>08:00</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b> <b>KOUPALIŠTĚ</b>
13:15- 13:45	oběd
14:00 – 15:00	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
<b>15:15</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
15:30 – 16:15	tělocvična, hřiště
<b>17:00 – 18:00</b>	<b>led</b>
<b>18:15</b>	<b>KONEC DNE</b>
18:45	večeře pro ubytované
19:45	Mc Donalds
<b>21:30</b>	<b>večerka</b>

**Pokud se NEPŮJDE na koupaliště:**

8:30	budíček
8:50	snídaně
<b>9:30</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
9:45 – 10:15	tělocvična, hřiště
<b>10:45 – 11:45</b>	<b>led</b>
12:30 – 13:00	oběd
13:15 – 15:00	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
<b>15:15</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
15:30 – 16:15	tělocvična, hřiště
<b>17:00 – 18:00</b>	<b>led</b>
<b>18:15</b>	<b>KONEC DNE</b>
18:45	večeře
19:45	Mc Donalds
21:30	večerka

## KINGS

### ÚTERÝ

7:00	budíček
7:15	snídaně
<b>7:45</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
<b>8:15 – 9:15</b>	<b>led</b>
9:45 – 10:45	tělocvična , hřiště
11:15 – 11:45	oběd
11:45 – 13:45	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
<b>13:15 – 14:15</b>	<b>skills – individuální trénink pro zájemce</b>
<b>14:00</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
<b>14:30 – 15:30</b>	<b>led</b>
15:45 – 16:45	kompenzační cvičení, strečink,hry
17:00 – 17:45	rehabilitace – plavky
<b>18:00</b>	<b>KONEC DNE</b>
18:20	večeře pro ubytované
21:30	večerka

### STŘEDA

8:30	budíček
8:50	snídaně
<b>9:30</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
9:45 – 10:15	tělocvična, hřiště
<b>10:45 – 11:45</b>	<b>led</b>
12:30 – 13:00	oběd
13:15 – 15:00	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
<b>13:15 – 14:15</b>	<b>brankáři</b>
15:15	SRAZ V ŠATNĚ
15:30 – 16:15	tělocvična,hřiště
<b>17:00 – 18:00</b>	<b>led</b>
<b>18:15</b>	<b>KONEC DNE</b>
18:45	večeře
21:30	večerka

### ČTVRTEK

8:15	budíček
8:45	snídaně
<b>10:00</b>	<b>SRAZ V ŠATNĚ</b>
<b>10:45 – 11:45</b>	<b>led</b>
<b>12:15</b>	<b>KONEC TÝDNE</b>

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

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