

PROGRAM TÝDNE (4.07. - 9.07. 2024)

KINGS

ČTVRTEK

16:45	SRAZ V ŠATNĚ
17:15 – 17:45	tělocvična, hřiště
18:15 – 19:15	LED
17:00	VIP místnost: meeting s rodiči, informace o chodu hokejové školy
19:45	KONEC DNE
20:00	večeře pro ubytované
21:30	večerka

PÁTEK

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

SOBOTA

8:30	budíček
8:50	snídaně
9:30	SRAZ V ŠATNĚ
9:45 – 10:15	tělocvična, hřiště
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	brankáři
15:15	SRAZ V ŠATNĚ
15:30 – 16:15	tělocvična, hřiště
17:00 – 18:00	led
18:15	KONEC DNE
19:20	večeře pro ubytované
21:30	večerka

PROGRAM TÝDNE (4. 07. – 9. 07. 2024)

KINGS

NEDĚLE

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

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
08:00	SRAZ V ŠATNĚ KOUPALIŠTĚ
13:15- 13:45	oběd
13:15 – 14:15	brankáři
14:00 – 15:00	VOLNO/ODPOLEDNÍ KLID – klubovna, klidové aktivity, hry, filmy...
15:15	SRAZ V ŠATNĚ
15:15 – 16:15	tělocvična, hřiště
17:00 – 18:00	led
18:15 – 18:45	rehabilitace – plavky
19:00	KONEC DNE
19:15	večeře pro ubytované
21:30	večerka

Pokud se NEPŮJDE na koupaliště:

8:30	budíček
8:50	snídaně
9:30	SRAZ V ŠATNĚ
9:45 – 10:15	tělocvična, hřiště
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	brankáři
15:15	SRAZ V ŠATNĚ
15:30 – 16:15	tělocvična, hřiště
17:00 – 18:00	led
18:15 – 18:45	rehabilitace - plavky
19:00	KONEC DNE
19:15	večeře
21:30	večerka

ÚTERÝ

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

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

DĚKUJEME VŠEM ZA TENTO TÝDEN A PŘEJEME HEZKÝ ZBYTEK PRÁZDNIN!

www.hokejovni.cz