

PROGRAM HOKEJOVÝ KEMP KROMĚŘÍŽ 2019
PLÁN ČINNOSTI : 17.08. – 21.08.2019

DEN	Čas	Program činnosti dopoledne	Čas	Program činnosti odpoledne
Sobota 17.08.	09.00 09.00 – 09.30 09.30 – 10.00 10.00 – 10.30 10.30 – 12.00 12.30 – 13.15 13.45 – 14.45	Sraz účastníků ZS Kroměříž Akreditace účastníků Uložení hokej .věcí do šatny Příprava na trénink Trénink led 1 Oběd Suchý trénink 1	15.00 – 16.00 16.00 – 16.30 16.30 – 17.30 18.00 – 18.45 19.00 19.00 – 21.00 21.00 – 21.15	Video hokej + svačina Příprava na trénink Trénink led 2 Večeře Odjezd ubytovna Ubytování + osobní volno Hygiena + Večeřka
Neděle 18.08.	07.30 – 08.10 08.20 – 09.00 09.00 – 09.30 09.30 – 11.00 11.15 11.30 – 12.15 12.45 – 13.30 13.30 – 15.00	Budíček + hygiena – odjezd ZS Snídaně Příprava na trénink Trénink led 1 Svačina 1 Suchý trénink 1 Oběd Videoanalýza + odpol. klid	15.00 – 15.30 15.30 – 16.45 17.00 17.30 – 18.30 18.45 – 19.15 19.15 20.00 – 21.00 21.00 – 21.15	Příprava na trénink Trénink led 2 Svačina 2 Suchý trénink 2 + regener Večeře Odchod ubytovna Osobní volno Hygiena + Večeřka
Pondělí 19.08.	07.30 – 08.00 08.15 – 09.00 09.00 – 09.30 09.30 – 10.30 10.45 – 11.45 12.30 – 13.30 13.30 – 15.00	Budíček + hygiena – odjezd ZS Snídaně Příprava na trénink Trénink led 1 – MŽ/ suchá SŽ Trénink led 1 – SŽ/ suchá MŽ Oběd Videoanalýza + odpol. klid	15.00 – 15.30 15.30 – 16.30 17.00 17.30 – 18.15 18.45 – 19.15 19.15 20.00 – 21.00 21.00 – 21.15	Příprava na trénink Trénink led 2 Svačina 2 Suchý trénink 2 + regener Večeře Odjezd ubytovna Osobní volno Hygiena + Večeřka
Úterý 20.08.	07.30 – 08.00 08.15 – 09.00 09.00 – 09.30 09.30 – 10.30 10.45 – 11.45 12.30 – 13.30 13.30 – 15.00	Budíček + hygiena – odjezd ZS Snídaně Příprava na trénink Trénink led 1 – MŽ/ suchá SŽ Trénink led 1 – SŽ/ suchá MŽ Oběd Videoanalýza + odpol. klid	15.00 – 15.30 15.30 – 16.45 17.00 – 18.00 17.30 – 18.15 18.45 – 19.15 19.15 20.00 – 21.00 21.00 – 21.15	Příprava na trénink, Svačina Trénink led 2 Zápas 4.-5. třída: KM - UO Suchý trénink 2 + regener Večeře Odjezd ubytovna Osobní volno – balení věcí Hygiena + Večeřka
Středa 21.08.	07.15 – 07.45 08.00 – 08.30 08.30 – 09.00 09.00 – 10.00 10.30 – 11.15 11.30 – 12.15 12.00 – 14.00 14.00 – 16.00 14.30 – 16.30	Budíček + hygiena – odjezd ZS Snídaně Příprava na trénink Trénink led 1 Oběd MŽ/ suchá SŽ Oběd SŽ – příprava MŽ Zápas MŽ: KM – UO Zápas SŽ: KM - UO Odjezd UO - vyzvednutí dětí		

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA!!!

TELEFON VEDENÍ KEMPU:

Bronislav Zápařka +420 608 144 414 (koordinátor)

Ing. Aleš Dobřecký +420 724 486 020

Zabčik Zbyněk +420 737 605 367