

	pátek (19.8.2016)	sobota (20.8.2016)	neděle (21.8.2016)
	odpovědný personál:	odpovědný personál:	odpovědný personál:
vzájemná pomoc	trenér: David Dudek	trenér: David Dudek	trenér: David Dudek
	asistent: Josef Čermák st.	asistent: Josef Čermák st.	asistent: Josef Čermák st.
	asistent: Josef Čermák ml.	asistent: Josef Čermák ml.	asistent: Josef Čermák ml.
vzájemná pomoc	ved. soustř.: Martin Košťálek, Radovan Dušek	ved. soustř.: Martin Košťálek, Radovan Dušek	ved. soustř.: Martin Košťálek, Radovan Dušek
	denní a noční dohled: RT	denní a noční dohled: RT	denní a noční dohled: RT
hodina	denní režim	denní režim	denní režim
7,30		budíček + hygiena	budíček + hygiena
7,45		budíček + hygiena	budíček + hygiena
8,00		snídaně	snídaně
8,15		snídaně	snídaně
8,30		organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity
8,45	prezentace a převzetí dětí	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity
9,00	zahájení soustředění a uložení věcí	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity
9,15	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity
9,30	organizované sportovní kolektivní aktivity	dopolední svačina – doplnění pitného režimu	dopolední svačina – doplnění pitného režimu
9,45	rozcvička před ranním tréninkem ve SH	rozcvička před ranním tréninkem ve SH	rozcvička před ranním tréninkem ve SH
10,00	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH
10,15	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH
10,30	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH
10,45	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH
11,00	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH
11,15	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH
11,30	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH
11,45	dopolední svačina – doplnění pitného režimu	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity
12,00	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity
12,15	organizované sportovní kolektivní aktivity	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena
12,30	organizované sportovní kolektivní aktivity	oběd	oběd
12,45	ukončení aktivit – hygiena	oběd	oběd
13,00	oběd	polední klid bez aktivního pohybu	polední klid – úklid – vystěhování
13,15	oběd	polední klid bez aktivního pohybu	polední klid – úklid – vystěhování
13,30	polední klid bez aktivního pohybu	polední klid bez aktivního pohybu	vyhodnocení soutěží soustředění
13,45	polední klid bez aktivního pohybu	polední klid bez aktivního pohybu	volná zábava – diskuze
14,00	polední klid bez aktivního pohybu	organizované sportovní kolektivní aktivity	ukončení soustředění
14,15	polední klid bez aktivního pohybu	organizované sportovní kolektivní aktivity	předání dětí rodičům
14,30	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity	
14,45	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity	
15,00	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity	
15,15	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity	
15,30	organizované sportovní kolektivní aktivity	odpolední svačina - doplnění pitného režimu	
15,45	odpolední svačina - doplnění pitného režimu	organizované sportovní kolektivní aktivity	
16,00	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity	
16,15	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity	
16,30	organizované sportovní kolektivní aktivity	organizované sportovní kolektivní aktivity	
16,45	rozcvička před odpolední tréninkem ve SH	rozcvička před odpolední tréninkem ve SH	
17,00	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	
17,15	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	
17,30	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	
17,45	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	
18,00	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	
18,15	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	
18,30	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	
18,45	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena	
19,00	večeře – volná zábava	večeře – grilování, opékání – volná zábava	
19,15	večeře – volná zábava	večeře – grilování, opékání – volná zábava	
19,30	neorganizované volno	kulturní program – volná zábava	
19,45	neorganizované volno	kulturní program – volná zábava	
20,00	neorganizované volno	neorganizované volno	
20,15	neorganizované volno	neorganizované volno	
20,30	neorganizované volno	neorganizované volno	
20,45	neorganizované volno	neorganizované volno	
21,00	hygiena a uložení	hygiena a uložení	
21,15	hygiena a uložení	hygiena a uložení	
21,30	večeřka	večeřka	
21,45	večeřka	večeřka	
22,00	večerní klid	večerní klid	

(změny vyhrazeny, dle potřeb a počasí)