

sobota		neděle		pondělí		úterý		středa		čtvrtek		pátek	
odpovědný personál:		odpovědný personál:		odpovědný personál:		odpovědný personál:		odpovědný personál:		odpovědný personál:		odpovědný personál:	
hlavní trenér: Holíček Jiří		hlavní trenér: Holíček Jiří		hlavní trenér: Holíček Jiří		hlavní trenér: Holíček Jiří		hlavní trenér: Holíček Jiří		hlavní trenér: Holíček Jiří		hlavní trenér: Holíček Jiří	
asistent trenéra: Armstark Otto		asistent trenéra: Armstark Otto		asistent trenéra: Armstark Otto		asistent trenéra: Armstark Otto		asistent trenéra: Armstark Otto		asistent trenéra: Armstark Otto		asistent trenéra: Armstark Otto	
asistent trenéra: Brožkovec René		asistent trenéra: Brožkovec René		asistent trenéra: Brožkovec René		asistent trenéra: Brožkovec René		asistent trenéra: Brožkovec René		asistent trenéra: Brožkovec René		asistent trenéra: Brožkovec René	
ved. soustř.: David Dudek		ved. soustř.: David Dudek		ved. soustř.: David Dudek		ved. soustř.: David Dudek		ved. soustř.: David Dudek		ved. soustř.: David Dudek		ved. soustř.: David Dudek	
zdravotní služba: Balácková Dom.		zdravotní služba: Balácková Dom.		zdravotní služba: Balácková Dom.		zdravotní služba: Balácková Dom.		zdravotní služba: Balácková Dom.		zdravotní služba: Balácková Dom.		zdravotní služba: Balácková Dom.	
denní/noční dohled:		denní/noční dohled:		denní/noční dohled:		denní/noční dohled:		denní/noční dohled:		denní/noční dohled:		denní/noční dohled:	
denní režim		denní režim		denní režim		denní režim		denní režim		denní režim		denní režim	
7,15 budiček + hygiena		budiček + hygiena		budiček + hygiena		7,15 budiček + hygiena		budiček + hygiena		7,15 budiček + hygiena		budiček + hygiena	
7,30 budiček + hygiena		budiček + hygiena		budiček + hygiena		7,30 budiček + hygiena		budiček + hygiena		7,30 budiček + hygiena		budiček + hygiena	
7,45 přesun na snídani		přesun na snídani		přesun na snídani		7,45 přesun na snídani		přesun na snídani		7,45 přesun na snídani		přesun na snídani	
8,00 snídaně		snídaně		snídaně		8,00 snídaně		snídaně		8,00 snídaně		snídaně	
8,15 snídaně		snídaně		snídaně		8,15 snídaně		snídaně		8,15 snídaně		snídaně	
8,30 přesun ze snídaně		přesun ze snídaně		přesun ze snídaně		8,30 přesun ze snídaně		přesun ze snídaně		8,30 přesun ze snídaně		přesun ze snídaně	
8,45 příprava na TJ		příprava na TJ		příprava na TJ		8,45 příprava na TJ		příprava na TJ		8,45 příprava na TJ		příprava na TJ	
9,00 rozvíčka před ranním tréninkem ve SH		rozvíčka před ranním tréninkem ve SH		rozvíčka před ranním tréninkem ve SH		9,00 vylét nábreží Maxipsa Fika		rozvíčka před ranním tréninkem ve SH		9,00 rozvíčka před ranním tréninkem ve SH		all-stars soutěže ve SH	
9,15 rozvíčka před ranním tréninkem ve SH		rozvíčka před ranním tréninkem ve SH		rozvíčka před ranním tréninkem ve SH		9,15 vylét nábreží Maxipsa Fika		rozvíčka před ranním tréninkem ve SH		9,15 rozvíčka před ranním tréninkem ve SH		all-stars soutěže ve SH	
9,30 dopolední trénink ve SH		dopolední trénink ve SH		dopolední trénink ve SH		9,30 vylét nábreží Maxipsa Fika		dopolední trénink ve SH		9,30 dopolední trénink ve SH		all-stars soutěže ve SH	
9,45 dopolední trénink ve SH		dopolední trénink ve SH		dopolední trénink ve SH		9,45 vylét nábreží Maxipsa Fika		dopolední trénink ve SH		9,45 dopolední trénink ve SH		all-stars soutěže ve SH	
10,00 dopolední trénink ve SH		dopolední trénink ve SH		dopolední trénink ve SH		10,00 vylét nábreží Maxipsa Fika		dopolední trénink ve SH		10,00 dopolední trénink ve SH		all-stars soutěže ve SH	
10,15 dopolední trénink ve SH		dopolední trénink ve SH		dopolední trénink ve SH		10,15 vylét nábreží Maxipsa Fika		dopolední trénink ve SH		10,15 dopolední trénink ve SH		all-stars soutěže ve SH	
10,30 Přesun + svačina		Přesun + svačina		Přesun + svačina		10,30 vylét nábreží Maxipsa Fika + svačina		Přesun + svačina		10,30 Přesun + svačina		all-stars soutěže ve SH + svačina	
10,45 dopolední trénink venku		dopolední trénink venku		dopolední trénink venku		10,45 vylét nábreží Maxipsa Fika		dopolední trénink venku		10,45 dopolední trénink venku		all-stars soutěže ve SH	
11,00 dopolední trénink venku		dopolední trénink venku		dopolední trénink venku		11,00 vylét nábreží Maxipsa Fika		dopolední trénink venku		11,00 dopolední trénink venku		all-stars soutěže ve SH	
11,15 dopolední trénink venku		dopolední trénink venku		dopolední trénink venku		11,15 vylét nábreží Maxipsa Fika		dopolední trénink venku		11,15 dopolední trénink venku		all-stars soutěže ve SH	
11,30 dopolední trénink venku		dopolední trénink venku		dopolední trénink venku		11,30 vylét nábreží Maxipsa Fika		dopolední trénink venku		11,30 dopolední trénink venku		all-stars soutěže ve SH	
11,45 Přesun		Přesun		Přesun		11,45 vylét nábreží Maxipsa Fika		Přesun		11,45 Přesun		all-stars soutěže ve SH	
12,00 protažení ve SH		protažení ve SH		protažení ve SH		12,00 vylét nábreží Maxipsa Fika		protažení ve SH		12,00 protažení ve SH		protažení ve SH	
12,15 ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		12,15 vylét nábreží Maxipsa Fika		ukončení aktivit – hygiena		12,15 ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena	
12,30 ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		12,30 ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		12,30 ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena	
12,45 Přesun		Přesun		Přesun		12,45 Přesun		Přesun		12,45 Přesun		Přesun	
13,00 oběd		oběd		oběd		13,00 oběd		oběd		13,00 oběd		oběd	
13,15 oběd		oběd		oběd		13,15 oběd		oběd		13,15 oběd		oběd	
13,30 Přesun		Přesun		Přesun		13,30 Přesun		Přesun		13,30 Přesun		Přesun	
13,45 polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu		13,45 polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu		13,45 polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu	
14,00 polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu		14,00 polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu		14,00 polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu	
(u NC Kaufland Otvice)		Přesun		Přesun		14,15 Přesun		Přesun		14,15 Přesun		balení, ukončení, předání svačiny na cestu	
sraz na vlakové stanici Jirkov - zastávka		odpolední trénink ve SH		odpolední trénink ve SH		14,30 srandamač ve SH		odpolední trénink ve SH		14,30 odpolední trénink ve SH		balení, ukončení, předání svačiny na cestu	
naložení baglů		odpolední trénink ve SH		odpolední trénink ve SH		14,45 srandamač ve SH		odpolední trénink ve SH		14,45 odpolední trénink ve SH		balení, ukončení, předání svačiny na cestu	
naložení baglů		odpolední trénink ve SH		odpolední trénink ve SH		15,00 srandamač ve SH		odpolední trénink ve SH		15,00 odpolední trénink ve SH		balení, ukončení, předání svačiny na cestu	
odjezd vlakem 15:14 hodin		odpolední trénink ve SH		odpolední trénink ve SH		15,15 srandamač ve SH		odpolední trénink ve SH		15,15 odpolední trénink ve SH		balení, ukončení, předání svačiny na cestu	
společná doprava vlakem do Kadaně		Přesun + svačina		Přesun + svačina		15,30 srandamač ve SH + svačina		Přesun + svačina		15,30 Přesun + svačina		vyhodnocení soutěží soustředění	
společná doprava vlakem do Kadaně		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		15,45 srandamač ve SH		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		15,45 odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		vyhodnocení soutěží soustředění	
zahájení soustředění a uložení věcí		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		16,00 srandamač ve SH		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		16,00 odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		vyhodnocení soutěží soustředění	
zahájení soustředění a uložení věcí		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		16,15 srandamač ve SH		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		16,15 odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		vyhodnocení soutěží soustředění	
zahájení soustředění a uložení věcí		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		16,30 srandamač ve SH		odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		16,30 odpolední trénink venku (téllocvična ve SH)		vyhodnocení soutěží soustředění	
zahájení soustředění a uložení věcí		Přesun		Přesun		16,45 srandamač ve SH		Přesun		16,45 Přesun		Přesun	
zahájení soustředění a uložení věcí		protažení ve SH		protažení ve SH		17,00 protažení ve SH		protažení ve SH		17,00 protažení ve SH		Přesun	
zahájení soustředění a uložení věcí		ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		17,15 ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		17,15 ukončení aktivit – hygiena		odjezd vlakem 17:15 hodin	
zahájení soustředění a uložení věcí		ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		17,30 ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		17,30 ukončení aktivit – hygiena		společná doprava vlakem do Jirkova	
přesun na stravu		přesun na stravu		přesun na stravu		17,45 přesun na stravu		přesun na stravu		17,45 Přesun		společná doprava vlakem do Jirkova	
večeře		večeře		večeře		18,00 večeře		večeře		18,00 večeře		příjezd vlakem 17:42 hodin	
večeře		večeře		večeře		18,15 večeře		večeře		18,15 večeře		sraz na vlakové stanici Jirkov - zastávka	
přesun ze stravy		přesun ze stravy		přesun ze stravy		18,30 přesun ze stravy		přesun ze stravy		18,30 přesun ze stravy		(u NC Kaufland Otvice)	
postavení mantinelů, uložení věcí na hale		Sledování SSL 2023		Sledování SSL 2023		18,45 neorganizované volno		Sledování SSL 2023		18,45 Sledování SSL 2023			
postavení mantinelů, uložení věcí na hale		Sledování SSL 2023		Sledování SSL 2023		19,00 neorganizované volno		Sledování SSL 2023		19,00 Sledování SSL 2023			
seznámení s programem a školení		Sledování SSL 2023		Sledování SSL 2023		19,15 neorganizované volno		Sledování SSL 2023		19,15 Sledování SSL 2023			
seznámení s programem a školení		neorganizované volno		neorganizované volno		19,30 neorganizované volno		neorganizované volno		19,30 neorganizované volno			
seznámení s areálem		neorganizované volno		neorganizované volno		19,45 neorganizované volno		neorganizované volno		19,45 neorganizované volno			
neorganizované volno		neorganizované volno		neorganizované volno		20,00 neorganizované volno		neorganizované volno		20,00 neorganizované volno			
neorganizované volno		neorganizované volno		neorganizované volno		20,15 neorganizované volno		neorganizované volno		20,15 neorganizované volno			
2. večeře – volná zábava		2. večeře – volná zábava		2. večeře – volná zábava		20,30 2. večeře – volná zábava		2. večeře – volná zábava		20,30 2. večeře – volná zábava			
2. večeře – volná zábava		2. večeře – volná zábava		2. večeře – volná zábava		20,45 2. večeře – volná zábava		2. večeře – volná zábava		20,45 2. večeře – volná zábava			
neorganizované volno		neorganizované volno		neorganizované volno		21,00 neorganizované volno		neorganizované volno		21,00 neorganizované volno			
neorganizované volno		neorganizované volno		neorganizované volno		21,15 neorganizované volno		neorganizované volno		21,15 neorganizované volno			
hygiena a uložení		hygiena a uložení		hygiena a uložení		21,30 hygiena a uložení		hygiena a uložení		21,30 hygiena a uložení			
večerka		večerka		večerka		21,45 večerka		večerka		21,45 večerka			
večerní klid		večerní klid		večerní klid		22,00 večerní klid		večerní klid		22,00 večerní klid			