

sobota		neděle	pondělí		úterý	středa		čtvrtek	pátek
odpovědný personál:		odpovědný personál:	odpovědný personál:		odpovědný personál:	odpovědný personál:		odpovědný personál:	odpovědný personál:
hlavní trenér: Dudek David		hlavní trenér: Dudek David	hlavní trenér: Dudek David		hlavní trenér: Dudek David	hlavní trenér: Dudek David		hlavní trenér: Dudek David	hlavní trenér: Dudek David
asistent trenéra: Smýkal Roman		asistent trenéra: Smýkal Roman	asistent trenéra: Smýkal Roman		asistent trenéra: Smýkal Roman	asistent trenéra: Smýkal Roman		asistent trenéra: Smýkal Roman	asistent trenéra: Smýkal Roman
asistent trenéra: Košťálek Martin		asistent trenéra: Košťálek Martin	asistent trenéra: Košťálek Martin		asistent trenéra: Košťálek Martin	asistent trenéra: Košťálek Martin		asistent trenéra: Košťálek Martin	asistent trenéra: Košťálek Martin
ved. soustř.: Dudek David		ved. soustř.: Dudek David	ved. soustř.: Dudek David		ved. soustř.: Dudek David	ved. soustř.: Dudek David		ved. soustř.: Dudek David	ved. soustř.: Dudek David
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	hodina	denní režim	denní režim	hodina	denní režim	denní režim	hodina	denní režim	denní režim
	7,15	budíček + hygiena	budíček + hygiena	7,15	budíček + hygiena	budíček + hygiena	7,15	budíček + hygiena	budíček + hygiena
	7,30	budíček + hygiena	budíček + hygiena	7,30	budíček + hygiena	budíček + hygiena	7,30	budíček + hygiena	budíček + hygiena
	7,45	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	8,00	snídaně	snídaně	8,00	snídaně	snídaně
	8,15	snídaně	snídaně	8,15	snídaně	snídaně	8,15	snídaně	snídaně
	8,30	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	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	9,00	výlet 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	9,15	výlet nábreží Maxipsa Fika	rozvíčka před ranním tréninkem ve SH	9,15	rozvíčka před ranním tréninkem ve SH	all-stars soutěže ve SH
	9,30	přesun mezi sportovišti	přesun mezi sportovišti	9,30	výlet nábreží Maxipsa Fika	přesun mezi sportovišti	9,30	přesun mezi sportovišti	all-stars soutěže ve SH
	9,45	dopolední trénink venku	dopolední trénink venku	9,45	výlet nábreží Maxipsa Fika	dopolední trénink venku	9,45	dopolední trénink venku	all-stars soutěže ve SH
	10,00	dopolední trénink venku	dopolední trénink venku	10,00	výlet nábreží Maxipsa Fika	dopolední trénink venku	10,00	dopolední trénink venku	all-stars soutěže ve SH
	10,15	dopolední trénink venku	dopolední trénink venku	10,15	výlet nábreží Maxipsa Fika	dopolední trénink venku	10,15	dopolední trénink venku	all-stars soutěže ve SH
	10,30	dopolední trénink venku	dopolední trénink venku	10,30	výlet nábreží Maxipsa Fika	dopolední trénink venku	10,30	dopolední trénink venku	all-stars soutěže ve SH
	10,45	přesun mezi sportovišti - svačina	přesun mezi sportovišti - svačina	10,45	výlet nábreží Maxipsa Fika + svačina	přesun mezi sportovišti - svačina	10,45	přesun mezi sportovišti - svačina	all-stars soutěže ve SH + svačina
	11,00	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	11,00	výlet nábreží Maxipsa Fika	dopolední trénink ve SH	11,00	dopolední trénink ve SH	all-stars soutěže ve SH
	11,15	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	11,15	výlet nábreží Maxipsa Fika	dopolední trénink ve SH	11,15	dopolední trénink ve SH	all-stars soutěže ve SH
	11,30	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	11,30	výlet nábreží Maxipsa Fika	dopolední trénink ve SH	11,30	dopolední trénink ve SH	all-stars soutěže ve SH
	11,45	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	11,45	výlet nábreží Maxipsa Fika	dopolední trénink ve SH	11,45	dopolední trénink ve SH	all-stars soutěže ve SH
	12,00	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	12,00	výlet nábreží Maxipsa Fika	dopolední trénink ve SH	12,00	dopolední trénink ve SH	all-stars soutěže ve SH
	12,15	dopolední trénink ve SH	dopolední trénink ve SH	12,15	výlet nábreží Maxipsa Fika	dopolední trénink ve SH	12,15	dopolední trénink ve SH	all-stars soutěže ve SH
	12,30	protažení ve SH	protažení ve SH	12,30	výlet nábreží Maxipsa Fika	protažení ve SH	12,30	protažení ve SH	protažení ve SH
	12,45	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena	12,45	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena	12,45	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena
	13,00	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena	13,00	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena	13,00	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena
	13,15	Přesun	Přesun	13,15	Přesun	Přesun	13,15	Přesun	Přesun
	13,30	oběd	oběd	13,30	oběd	oběd	13,30	oběd	oběd
	13,45	oběd	oběd	13,45	oběd	oběd	13,45	oběd	oběd
	14,00	Přesun	Přesun	14,00	organizované sportovní kolektivní aktivity	Přesun	14,00	Přesun	Přesun
(u NC Kaufland Otvice)	14,15	polední klid bez aktivního pohybu	polední klid bez aktivního pohybu	14,15	organizované sportovní kolektivní aktivity	polední klid bez aktivního pohybu	14,15	polední klid bez aktivního pohybu	balení, ukončení, předání svačiny na cestu
sraz na vlakové stanici Jirkov - zastávka	14,30	polední klid bez aktivního pohybu	polední klid bez aktivního pohybu	14,30	organizované sportovní kolektivní aktivity	polední klid bez aktivního pohybu	14,30	polední klid bez aktivního pohybu	balení, ukončení, předání svačiny na cestu
naložení baglů	14,45	přesun na sportovišti	přesun na sportovišti	14,45	přesun na sportovišti	přesun na sportovišti	14,45	přesun na sportovišti	balení, ukončení, předání svačiny na cestu
naložení baglů	15,00	odpolední trénink venku (posilovna)	odpolední trénink venku (posilovna)	15,00	srandač ve SH	odpolední trénink venku (posilovna)	15,00	odpolední trénink venku (posilovna)	balení, ukončení, předání svačiny na cestu
odjezd vlakem 15:14 hodin	15,15	odpolední trénink venku (posilovna)	odpolední trénink venku (posilovna)	15,15	srandač ve SH	odpolední trénink venku (posilovna)	15,15	odpolední trénink venku (posilovna)	balení, ukončení, předání svačiny na cestu
společná doprava vlakem do Kadaně	15,30	odpolední trénink venku (posilovna)	odpolední trénink venku (posilovna)	15,30	srandač ve SH	odpolední trénink venku (posilovna)	15,30	odpolední trénink venku (posilovna)	vyhodnocení soutěží soustředění
společná doprava vlakem do Kadaně	15,45	odpolední trénink venku (posilovna)	odpolední trénink venku (posilovna)	15,45	srandač ve SH	odpolední trénink venku (posilovna)	15,45	odpolední trénink venku (posilovna)	vyhodnocení soutěží soustředění
	16,00	přesun mezi sportovišti - svačina	přesun mezi sportovišti - svačina	16,00	srandač ve SH + svačina	přesun mezi sportovišti - svačina	16,00	přesun mezi sportovišti - svačina	vyhodnocení soutěží soustředění
zahájení soustředění a uložení věcí	16,15	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	16,15	srandač ve SH	odpolední trénink ve SH	16,15	odpolední trénink ve SH	vyhodnocení soutěží soustředění
zahájení soustředění a uložení věcí	16,30	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	16,30	srandač ve SH	odpolední trénink ve SH	16,30	odpolední trénink ve SH	vyhodnocení soutěží soustředění
zahájení soustředění a uložení věcí	16,45	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	16,45	srandač ve SH	odpolední trénink ve SH	16,45	odpolední trénink ve SH	Přesun
zahájení soustředění a uložení věcí	17,00	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	17,00	srandač ve SH	odpolední trénink ve SH	17,00	odpolední trénink ve SH	Přesun
zahájení soustředění a uložení věcí	17,15	odpolední trénink ve SH	odpolední trénink ve SH	17,15	srandač ve SH	odpolední trénink ve SH	17,15	odpolední trénink ve SH	odjezd vlakem 17:15 hodin
zahájení soustředění a uložení věcí	17,30	protažení ve SH	protažení ve SH	17,30	protažení ve SH	protažení ve SH	17,30	protažení ve SH	společná doprava vlakem do Jirkova
zahájení soustředění a uložení věcí	17,45	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena	17,45	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena	17,45	ukončení aktivit – hygiena	společná doprava vlakem do Jirkova
zahájení soustředění a uložení věcí	18,00	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena	18,00	ukončení aktivit – hygiena	ukončení aktivit – hygiena	18,00	ukončení aktivit – hygiena	příjezd vlakem 17:42 hodin
přesun na stravu	18,15	přesun na stravu	přesun na stravu	18,15	přesun na stravu	přesun na stravu	18,15	přesun na stravu	sraz na vlakové stanici Jirkov - zastávka
večeře	18,30	večeře	večeře	18,30	večeře	večeře	18,30	večeře	(u NC Kaufland Otvice)
večeře	18,45	večeře	večeře	18,45	večeře	večeře	18,45	večeře	
přesun ze stravy	19,00	přesun ze stravy	přesun ze stravy	19,00	přesun ze stravy	přesun ze stravy	19,00	přesun ze stravy	
seznámení s programem a školení	19,15	neorganizované volno	neorganizované volno	19,15	neorganizované volno	neorganizované volno	19,15	neorganizované volno	
seznámení s programem a školení	19,30	neorganizované volno	neorganizované volno	19,30	neorganizované volno	neorganizované volno	19,30	neorganizované volno	
postavení mantinelů, uložení věcí na hale	19,45	Sledování SSL 2023	seznámení s areálem	19,45	Sledování SSL 2023	seznámení s areálem	19,45	Sledování SSL 2023	
postavení mantinelů, uložení věcí na hale	20,00	Sledování SSL 2023	seznámení s programem a školení	20,00	Sledování SSL 2023	seznámení s programem a školení	20,00	Sledování SSL 2023	
neorganizované volno	20,15	neorganizované volno	neorganizované volno	20,15	neorganizované volno	neorganizované volno	20,15	neorganizované volno	
2. večeře – volná zábava	20,30	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	20,45	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	21,00	neorganizované volno	neorganizované volno	21,00	neorganizované volno	neorganizované volno	21,00	neorganizované volno	
neorganizované volno	21,15	neorganizované volno	neorganizované volno	21,15	neorganizované volno	neorganizované volno	21,15	neorganizované volno	
hygiena a uložení	21,30	hygiena a uložení	hygiena a uložení	21,30	hygiena a uložení	hygiena a uložení	21,30	hygiena a uložení	
večerka	21,45	večerka	večerka	21,45	večerka	večerka	21,45	večerka	
večerní klid	22,00	večerní klid	večerní klid	22,00	večerní klid	večerní klid	22,00	večerní klid	