

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	
asistenti trenéra: Volosciuc, Dedecius		asistenti trenéra: Volosciuc, Dedecius		asistenti trenéra: Volosciuc, Dedecius		asistenti trenéra: Volosciuc, Dedecius		asistenti trenéra: Volosciuc, Dedecius		asistenti trenéra: Volosciuc, Dedecius		asistenti trenéra: Volosciuc, Dedecius	
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: Baláčková Dominika		zdravotní služba: Baláčková Dominika		zdravotní služba: Baláčková Dominika		zdravotní služba: Baláčková Dominika		zdravotní služba: Baláčková Dominika		zdravotní služba: Baláčková Dominika		zdravotní služba: Baláčková Dominika	
denní režim		denní režim		denní režim		denní režim		denní režim		denní režim		denní režim	
7,15			Budiček		Budiček		Budiček	7,15			Budiček		Budiček
7,30			Hygiena		Hygiena		Hygiena	7,30			Hygiena		Hygiena
7,45			Ranní výběh		Ranní výběh		Ranní výběh	7,45			Ranní výběh		Ranní výběh
8,00			snídaně		snídaně		snídaně	8,00			snídaně		snídaně
8,15			snídaná		snídaná		snídaná	8,15			snídaná		snídaná
8,30			Dopolední klid		Dopolední klid		Dopolední klid	8,30			Dopolední klid		Dopolední klid
8,45			Dopolední klid		Dopolední klid		Dopolední klid	8,45			Dopolední klid		Dopolední klid
9,00			Dopolední klid		Dopolední klid		Výlet	9,00			Dopolední klid		Přesun + Převléknutí
9,15			Přesun + Převléknutí		Přesun + Převléknutí		Výlet	9,15			Přesun + Převléknutí		Rozzcívka společná
9,30			Rozzcívka společná		Rozzcívka společná		Výlet	9,30			Rozzcívka společná		all-stars soutěže ve SH
9,45			Přesun		Přesun		Výlet	9,45			Přesun		all-stars soutěže ve SH
10,00			Trénink venku		Trénink venku		Výlet	10,00			Trénink venku		all-stars soutěže ve SH
10,15			Trénink venku		Trénink venku		Výlet	10,15			Trénink venku		all-stars soutěže ve SH
10,30			Trénink venku		Trénink venku		Výlet	10,30			Trénink venku		all-stars soutěže ve SH
10,45			Trénink venku		Trénink venku		Výlet	10,45			Trénink venku		all-stars soutěže ve SH
11,00			Přesun + Svačina		Přesun + Svačina		Výlet + svačina	11,00			Přesun + Svačina		all-stars soutěže ve SH
11,15			Trénink hala		Trénink hala		Výlet	11,15			Trénink hala		all-stars soutěže ve SH
11,30			Trénink hala		Trénink hala		Výlet	11,30			Trénink hala		all-stars soutěže ve SH
11,45			Trénink hala		Trénink hala		Výlet	11,45			Trénink hala		all-stars soutěže ve SH
12,00			Trénink hala		Trénink hala		Výlet	12,00			Trénink hala		all-stars soutěže ve SH
12,15			Trénink hala		Trénink hala		Výlet	12,15			Trénink hala		Joga
12,30			Joga		Joga		Joga	12,30			Joga		ukončení aktivit – hygiena
12,45			ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		Výlet	12,45			ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena
13,00			ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		Výlet	13,00			ukončení aktivit – hygiena		Přesun
13,15			Volná zábava		Volná zábava		Výlet	13,15			Volná zábava		Balení
13,30			Volná zábava		Volná zábava		Výlet	13,30			Volná zábava		Balení
13,45			Volná zábava + Přesun		Volná zábava + Přesun		Volná zábava + Přesun	13,45			Volná zábava + Přesun		Balení
14,00			oběd		oběd		oběd	14,00			oběd		oběd
14,15			oběd		oběd		oběd	14,15			oběd		oběd
14,30			polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu	14,30			polední klid bez aktivního pohybu		Nakládání do dodávek
14,45	sraz na vlakové stanici Jirkov - zastávka		polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu	14,45			polední klid bez aktivního pohybu		Nakládání do dodávek
15,00	(u NC Kaufland Otvice)		polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu		Přesun + Převléknutí	15,00			polední klid bez aktivního pohybu		Nakládání do dodávek
15,15	odjezd vlakem 15:14 hodin		polední klid bez aktivního pohybu		polední klid bez aktivního pohybu		srandamač ve SH	15,15			polední klid bez aktivního pohybu		Vyhlašení all-stars
15,30	společná doprava vlakem do Kadaně		Přesun + Převléknutí		Přesun + Převléknutí		srandamač ve SH	15,30			Přesun + Převléknutí		Přesun
15,45	společná doprava vlakem do Kadaně		Trénink venku		Trénink venku		srandamač ve SH	15,45			Trénink venku		Přesun
16,00	Přesun nadraží - tělocvična		Trénink venku		Trénink venku		srandamač ve SH	16,00			Trénink venku		Přesun
16,15	zahájení soustředění a uložení věcí		Trénink venku		Trénink venku		srandamač ve SH	16,15			Trénink venku		odjezd vlakem 16:15 hodin
16,30	zahájení soustředění a uložení věcí		Trénink venku		Trénink venku		srandamač ve SH	16,30			Trénink venku		společná doprava vlakem do Jirkova
16,45	zahájení soustředění a uložení věcí		Přesun + Svačina		Přesun + Svačina		Joga	16,45			Přesun + Svačina		příjezd vlakem 16:42 hodin
17,00	Přesun + Svačina		Trénink hala		Trénink hala		Svačina	17,00			Trénink hala		sraz na vlakové stanici Jirkov - zastávka
17,15	Brännboll		Trénink hala		Trénink hala		ukončení aktivit – hygiena	17,15			Trénink hala		(u NC Kaufland Otvice)
17,30	Brännboll		Trénink hala		Trénink hala		ukončení aktivit – hygiena	17,30			Trénink hala		
17,45	Brännboll		Trénink hala		Trénink hala		neorganizované volno	17,45			Trénink hala		
18,00	Brännboll		Trénink hala		Trénink hala		PU/trénink MUŽI MINERS	18,00			Trénink hala		
18,15	Brännboll		Joga		Joga		PU/trénink MUŽI MINERS	18,15			Joga		
18,30	Brännboll		ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		PU/trénink MUŽI MINERS	18,30			ukončení aktivit – hygiena		
18,45	Brännboll		ukončení aktivit – hygiena		ukončení aktivit – hygiena		PU/trénink MUŽI MINERS	18,45			ukončení aktivit – hygiena		
19,00	Brännboll		Volná zábava		Volná zábava		PU/trénink MUŽI MINERS	19,00			Volná zábava		
19,15	Přesun		Volná zábava + Přesun		Volná zábava + Přesun		PU/trénink MUŽI MINERS	19,15			Volná zábava + Přesun		
19,30	večeře		večeře		večeře		večeře	19,30			večeře		
19,45	večeře		večeře		večeře		večeře	19,45			večeře		
20,00	neorganizované volno		neorganizované volno		neorganizované volno		Přesun	20,00			neorganizované volno		
20,15	neorganizované volno		neorganizované volno		neorganizované volno		Sauna	20,15			neorganizované volno		
20,30	neorganizované volno		neorganizované volno		neorganizované volno		Sauna	20,30			neorganizované volno		
20,45	neorganizované volno		neorganizované volno		neorganizované volno		Sauna	20,45			neorganizované volno		
21,00	neorganizované volno		neorganizované volno		neorganizované volno		Sauna	21,00			neorganizované volno		
21,15	neorganizované volno		neorganizované volno		neorganizované volno		Přesun	21,15			neorganizované volno		
21,30	hygiena a uložení		hygiena a uložení		hygiena a uložení		hygiena a uložení	21,30			hygiena a uložení		
21,45	večeřka		večeřka		večeřka		večeřka	21,45			večeřka		
22,00	večerní klid		večerní klid		večerní klid		večerní klid	22,00			večerní klid		

(změny vyhrzeny, dle potřeby a počasí)