



# HTS Hockey Camp Třinec 2017

Program – skupina A / Schedule – Group A



Ne 16. 7. 2017		Skupina A Group A	Sun 2017-07-16	
13:00	sraz		Meeting	1:00 PM
13:15– 13:30	zpracování		Warm-up	1:15 PM – 1:30 PM
14:00 - 15:00	led		On-ice training	2:00 PM – 3:00 PM
16:00	ubytování		Hotel check-in	04:00 PM
17:30 - 18:30	led		On-ice training	5:30 PM – 6:30 PM
19:30 – 20:00	večeře, večerka		Dinner	7:30 PM – 8:00 PM
20:30	večerka		Lights-out	08:30 PM

Po 17. 7. a Út 18. 7. 2017		Skupina A Group A	Mon 07-17 and Tue 2017-07-18	
6:45	budíček		Alarm	6:45 AM
7:00 – 7:30	snídaně		Breakfast	7:00 AM – 7:30 AM
7:30	odjezd na trénink (bus)		Bus departure for training	7:30 AM
8:15 – 9:15	led		On-ice training	8:15 AM – 9:15 AM
09:30 – 10:00	sucho		Off-ice training	9:30 AM – 10:00 AM
10:00	odjezd do hotelu		Departure for hotel	10:00 AM
10:30 – 12:00	odpočinek		Relaxation	10:30 AM – 12:00 PM
12:00 – 12:30	oběd		Lunch	12:00 PM – 12:30 PM
12:30	odjezd na trénink		Departure for training	12:30 AM
13:15 – 14:15	led		On-ice training	1:15 AM – 2:15 PM
14:30 – 15:15	sucho (hry)		Off-ice training (games)	2:30 PM – 3:15 PM
15:45 – 16:45	led		On-ice training	3:45 AM – 4:45 PM
17:00	odjezd do hotelu (na večeři)		Departure for hotel (dinner)	5:00 PM
17:30 – 18:30	odpočinek		Relaxation	5:30 PM – 6:30 PM
18:30 – 19:00	večeře		Dinner	6:30 PM – 7:00 PM
19:00 – 20:00	volno (nebo společná procházka)		Free time (or collective walk)	7:00 PM – 8:00 PM
20:30	večerka		Lights-out	8:30 PM

St 19. 7. 2016		Skupina A Group A	Wed 2017-07-19	
7:15	budíček		Alarm	7:15 AM
7:30 – 8:00	snídaně		Breakfast	7:30 AM – 8:00 AM
8:15	odjezd na trénink (bus)		Bus departure for training	8:15 AM
8:30 – 9:30	sucho		Off-ice training	8:30 – 9:30 AM
10:15 – 11:15	bazén		Swimming pool	10:15 AM – 11:15 AM
11:30	odjezd do hotelu (na oběd)		Departure for hotel (lunch)	11:30 AM
12:00 -12:30	oběd		Lunch	12:00 AM -12:30 PM
12:30 -13:30	odpočinek		Relaxation	12:30 PM – 1:30 PM
13:45	odjezd na trénink (bus)		Bus departure for training	1:45 PM
14:30 – 15:30	led		On-ice training	2:30 AM – 3:30 PM
15:45 – 16:45	sucho (hry)		Off-ice training (games)	3:45 PM – 4:45 PM
17:15 – 18:15	led		On-ice training	5:15 PM – 6:15 PM
18:30	odjezd do hotelu (na večeři)		Departure for hotel (dinner)	6:30 PM
19:00 – 19:30	večeře		Dinner	7:00 PM – 8:30 PM
19:30 – 20:00	volno		Free time	7:30 PM – 8:00 PM
20:30	večerka		Lights-out	8:30 PM

Organizátor kempu si vyhrazuje právo změnit plán tréninků, např. nahradit bazén jinou aktivitou kvůli nepříznivému počasí nebo vynechat či zkrátit trénink v případě únavy nebo vyčerpanosti hráčů.



# HTS Hockey Camp Třinec 2017

Program – skupina A / Schedule – Group A



Čt 20. 7. 2016	Skupina A Group A	Thu 2017-07-20
6:45	budíček	Alarm 6:45 AM
7:00	odjezd na trénink (bus)	Bus departure for training 7:00 AM
7:45 – 8:30	led	On-ice training 7:45 AM – 8:30 AM
8:45	odjezd do hotelu (na snídani)	Departure for hotel (breakfast) 8:45 AM
9:00 – 9:30	snídaně	Breakfast 9:00 AM – 9:30 AM
10:00	odjezd na trénink	Departure for training 10:00 AM
10:15 – 11:15	sucho	Off-ice training 10:15 – 11:15 AM
11:30	odjezd do hotelu (na oběd)	Departure for hotel (lunch) 11:30 AM
12:00 -12:30	oběd	Lunch 12:00 PM -12:30 PM
12:30	odjezd na trénink (bus)	Bus departure for training 12:30 PM
13:15 – 14:15	led	On-ice training 1:15 PM – 2:15 PM
14:30 – 15:15	sucho (protahání)	Off-ice training (stretching) 2:30 PM – 3:15 PM
15:45 – 16:45	led	On-ice training 3:45 PM – 4:45 PM
17:30 – 18:45	bazén	Swimming pool 5:30 PM – 6:45 PM
19:00	odjezd do hotelu (na večeři)	Departure for hotel (dinner) 7:00 PM
19:30 – 20:00	večeře	Dinner 7:30 PM – 8:00 PM
20:30	večerka	Lights-out 8:30 PM

Pá 21. 7. 2016	Skupina A Group A	Fri 2017-07-21
6:45	budíček	Alarm 6:45 AM
7:00	odjezd na trénink (bus)	Bus departure for training 7:00 AM
7:45 – 8:30	led	On-ice training 7:45 AM – 8:30 AM
8:45	odjezd do hotelu (na snídani)	Departure for hotel (breakfast) 8:45 AM
9:00 – 9:30	snídaně	Breakfast 9:00 AM – 9:30 AM
9:30 -10:15	odpočinek	Relaxation 9:30 AM – 10:15 AM
10:30	odjezd na trénink	Departure for training 10:30 AM
10:45 – 11:45	sucho	Off-ice training 10:45 – 11:45 AM
12:00	odjezd do hotelu (na oběd)	Departure for hotel (lunch) 12:00 PM
12:15 -12:45	oběd	Lunch 12:15 PM – 12:45 PM
12:45 -13:30	odpočinek	Relaxation 12:45 PM – 1:30 PM
13:45	odjezd na trénink (bus)	Bus departure for training 1:45 PM
14:30 – 15:30	led	On-ice training 2:30 PM – 3:30 PM
15:45 – 16:45	sucho (hry)	Off-ice training (games) 3:45 PM – 4:45 PM
17:15 – 18:15	led	On-ice training 5:15 PM – 6:15 PM
18:30	odjezd do hotelu (na večeři)	Departure for hotel (dinner) 6:30 PM
19:00 – 19:30	večeře	Dinner 7:00 PM – 8:30 PM
19:30 – 20:00	volno	Free time 7:30 PM – 8:00 PM
20:30	večerka	Lights-out 8:30 PM

So 22. 7. 2016	Skupina A Group A	Sat 2017-07-22
7:00	budíček	Alarm 7:00 AM
7:00 – 7:45	snídaně	Breakfast 7:15 AM – 7:45 AM
7:45	odjezd na trénink (bus)	Bus departure for training 7:45 AM
8:30 – 9:30	led	On-ice training 8:30 AM – 9:30 AM
9:30 – 10:00	balení věcí, rozloučení s hráči	Packing and leave-taking 9:30 AM – 10:00 AM
10:15 – 10:45	rozhovor s rodiči, vyhodnocení	Discussion with parents, evaluation 10:15 AM – 10:45 AM
11:30 – 12:00	oběd	Lunch 11:30 AM – 12:00 PM

Organizátor kempu si vyhrazuje právo změnit plán tréninků, např. nahradit bazén jinou aktivitou kvůli nepříznivému počasí nebo vynechat či zkrátit trénink v případě únavy nebo vyčerpanosti hráčů.