



Týden 29.7 – 4.8.2019

pondělí 29.7.2019	16:30 – 16:50	společné rozcvičení	společně
	16:50 – 17:40	posilovna	
	18:00 – 19:30	led	
úterý 30.7.2019	16:20 – 16:40	společné rozcvičení	<i>po skupinách 2 x 30"</i>
	17:00 – 18:30	led	
	18:45 – 19:45	posilovna odrazová síla	
středa 31.7.2019	18:00 – 18:20	společné rozcvičení	společně
	18:20 – 19:10	posilovna	
	19:30 – 21:00	led	
čtvrtek 1.8.2019	16:00	testy – somatotyp	možná změna
	17:50 – 18:10	společné rozcvičení	<i>po skupinách 2 x 30"</i>
	18:10 – 19:10	posilovna odrazová síla	
	19:45 – 21:00	led	
		nominace na turnaj v Přerově	
pátek 2.8.2019	17:00 – 18:00	led	<i>po skupinách 2 x 30"</i>
	18:15 – 19:15	posilovna odrazová síla	

TURNAJ PŘEROV

sobota	5:30	odjezd Přerov	čas odjezdu a naložení busu
3.8.2019	11:45	HC AZ Havířov 2010	
	17:45	HC Motor Č.Budějovice	
	10:30	HC RT Torax Poruba	
neděle 4.8.2019	15:00	HC Zubr Přerov	
	18:45	slavnostní ukončení turnaje	