

		8:00 - 9:00	9:00 - 10:00	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00	12:00 - 13:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	15:00 - 16:00			
Pondělí	31.7.	Rozcvička	Led	Protažení	Svačina	Suchá příprava: atletika, CORE, stickhandling, ná cvik střelby, hry)	Regenerace : koupání, odpočinek	Svačina	Protažení	Kompenzační cvičení		
Úterý	1.8.	Rozcvička	Led								Oběd	Led
Středa	2.8.	Rozcvička	Led								Oběd	Led
Čtvrtek	3.8.	Rozcvička	Led								Oběd	Led
Pátek	4.8.	Rozcvička	Led								Oběd	Led