

SOUSTŘEDĚNÍ STÁTNÍ REPREZENTACE



14. - 18. 8. 2024, JABLONEC n. N.

PROGRAM

Středa	17:30 - 18:30 18:30 - 19:30 20:00 - 21:00	sraz účastníků, ubytování večeře - grilování seznámení se soustředěním, teorie tréninku - motivace
Čtvrtek	06:50 07:00 - 08:00 08:30 - 09:00 11:00 - 12:30 13:00 - 14:00 16:30 - 18:00 19:00 - 20:00 20:00 - 21:00	budíček 1. trénink snídaně 2. trénink oběd 3. trénink večeře team building
Pátek	06:50 07:00 - 08:00 08:30 - 09:00 11:00 - 12:30 13:00 - 14:00 16:30 - 18:00 19:00 - 20:00 20:00 - 21:00	budíček 4. trénink snídaně 5. trénink oběd 6. trénink večeře teorie tréninku - taktika boje
Sobota	06:50 07:00 - 08:00 08:30 - 09:00 11:00 - 12:30 13:00 - 14:00 16:30 - 18:00 19:00 - 20:00 20:00 - 21:00	budíček 7. trénink snídaně 8. trénink oběd 9. trénink večeře team building
Neděle	06:50 07:00 - 08:00 08:30 - 09:00 11:00 - 12:30 13:00 - 14:00 14:00	budíček 10. trénink snídaně 11. trénink oběd ukončení soustředění



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA

