

Denní režim - repre Prudká 1.-4. 5. 2025

Čtvrtek

8:45 - 9:00	sraz a odjezd
10:00 až 12:00	dopolední trénink dle rozpisu
12:30 až 13:30	ubytování a oběd
13:30 až 15:30	polední klid
15:45 až 17:15	odpolední trénink dle rozpisu
18:00 až 19:00	večeře
20:00 až 21:00	večerní trénink dle rozpisu
22:00 až 0:00	večerky dle věku

Pátek

8:00 až 8:30	snídaně
10:00 až 12:00	dopolední trénink dle rozpisu
12:30 až 13:30	oběd
13:30 až 15:30	polední klid
15:45 až 17:15	odpolední trénink dle rozpisu
18:00 až 19:00	večeře
20:00 až 21:00	večerní trénink dle rozpisu
21:00 až 22:00	seminář Kitei
22:00 až 0:00	večerky dle věku

Sobota

8:00 až 8:30	snídaně
10:00 až 12:00	dopolední trénink dle rozpisu
12:30 až 13:30	oběd
13:30 až 15:30	polední klid
15:45 až 17:15	odpolední trénink dle rozpisu
18:00 až 19:00	večeře

20:00 až 21:00 večerní trénink dle rozpisu

22:00 až 0:00 večerky dle věku

Neděle

8:00 až 8:30 snídane

10:00 až 12:00 dopolední trénink dle rozpisu

12:30 až 13:30 oběd

13:30 až 14:00 příprava na odjezd

14:00 až 15:00 přesun do Brna

VEČERKY

věk	čas večerky
do 10 včetně	21:15
děti 11 - 13 let	21:45
děti 14 - 17 let	22:15