

Plán soustředění

Den			Neděle	Pondělí	Úterý			Středa	Čtvrtek				
Místo			SCM1			SCM2							
od	-	do	ST	LA	ST	LA	ST	LA	ST	LA	ST	LA	ostatní
8:00	-	8:45	organizace		taneční příprava (rezerva pro ind.lekce)			organizace		taneční příprava (rezerva pro ind.lekce)			
8:45	-	9:30	kondiční příprava					kondiční příprava					
9:30	-	9:45	přestávka			přestávka			přestávka				
9:45	-	10:30	seminář	ind.lekce	ind.lekce	ind.lekce	zdravotní vyšetření a testování kondice	seminář	ind.lekce	ind.lekce	ind.lekce	zdravotní vyšetření a testování kondice	
10:30	-	11:15		ind.lekce	ind.lekce	ind.lekce			ind.lekce	ind.lekce	ind.lekce		
11:15	-	11:30	přestávka			přestávka			přestávka				
11:30	-	12:15	ind.lekce	seminář	ind.lekce	ind.lekce	zdravotní vyšetření a testování kondice	ind.lekce	seminář	ind.lekce	ind.lekce	zdravotní vyšetření a testování kondice	
12:15	-	13:00	ind.lekce		ind.lekce	ind.lekce		ind.lekce		ind.lekce	ind.lekce		ind.lekce
13:00	-	14:30	oběd			oběd			oběd				
14:30	-	15:15	seminář	ind.lekce	ind.lekce	ind.lekce	zdravotní vyšetření a testování kondice	seminář	ind.lekce	ind.lekce	ind.lekce	zdravotní vyšetření a testování kondice	
15:15	-	16:00		ind.lekce	ind.lekce	ind.lekce			ind.lekce	ind.lekce	ind.lekce		
16:00	-	16:15	přestávka			přestávka			přestávka				
16:15	-	17:00	ind.lekce	seminář	ind.lekce	ind.lekce	zdravotní vyšetření a testování kondice	ind.lekce	seminář	ind.lekce	ind.lekce	zdravotní vyšetření a testování kondice	
17:00	-	17:45	ind.lekce		ind.lekce	ind.lekce		ind.lekce		ind.lekce	ind.lekce		ind.lekce
17:45	-	18:45	večeře			večeře			večeře				
18:45	-	19:30	CP - sf 10T		ind.lekce	ind.lekce		CP - sf 10T		ind.lekce	ind.lekce		
19:30	-	20:15	CP f 10T vč.sólo		ind.lekce	ind.lekce		CP f 10T vč.sólo		ind.lekce	ind.lekce		
20:15	-	20:30	přestávka		odjezd párů a trenérů 1. skupiny, příjezd a ubytování párů a trenérů 2.skupiny			přestávka		postupný odjezd párů a trenérů 2. skupiny			
20:30	-	21:15	příjezd a ubytování párů a trenérů 1. skupiny		páry: rehabilitace trenéři: workshop			páry: rehabilitace trenéři: workshop					
21:15	-	22:00											