

## Plán soustředění v Ústí nad Orlicí

### Neděle 27. 1. 2019

16:00 sraz v hráčů Ústí nad Orlicí  
[Sport hotel Tichá Orlice, V Lukách 1362 Ústí n/O.](#)  
16:30 úklid lyží + pomůcek + ubytování  
17:30 Tréninková jednotka U15, U14  
19:30 večeře  
22:00 večerka

### Pondělí 28. 1. 2019

8:00 budíček  
8:15 snídaně  
8:45 odjezd  
[Ski areál Říčky v Orlických horách](#)  
11:30 oběd (FORMOU BALÍČKU)  
14:00 svačina (BALÍČEK)  
16:00 odjezd na hotel  
18:00 večeře  
20:00 posilovna U14  
20:45 posilovna U15  
21:30 druhá večeře  
22:00 večerka

### Úterý 29. 1. 2019

7:15 budíček  
7:45 snídaně  
9:00 TJ U15, U14  
11:30 oběd U14, U15  
13:00 odjezd a lyžování  
[Ski areál Peklák Česká Třebová](#)  
15:00 svačina (BALÍČEK)  
16:20 odjezd na hotel

18:00 večeře U15  
18:45 večeře U14  
19:30 posilovna U15  
20:15 posilovna U14  
21:00 druhá večeře  
22:00 večerka

### Středa 30. 1. 2019

7:15 budíček  
7:45 snídaně  
9:00 TJ U14, U15  
11:30 oběd  
15:00 svačina  
15:30 TJ U14, U15  
18:00 večeře  
19:00 regenerace U14  
19:45 regenerace U15  
21:15 druhá večeře  
22:00 večerka

### Čtvrtek 31. 1. 2019

8:30 budíček  
8:45 snídaně  
10:00 TJ U14, U15  
12:00 oběd  
13:30 odjezd do Pardubic (BALÍČEK)  
15:30 příjezd do Pardubic

### Pátek 1. 2. 2019

AKADEMICKÉ VOLNO – POLOLETNÍ  
PRÁZDNINY

\* Poznámka: Změna programu soustředění vyhrazena.