

 PARDUBICKÝ HOKEJ		 DOŠKOLOVACÍ SEMINÁŘ LEDNÍHO HOKEJE PARDUBICKÝ KRAJ			 PARDUBICKÝ HOKEJ
DATUM	OD - DO	PROGRAM	ČAS/min	LEKTOR / licence	MÍSTO
Sobota 19.6.2021	9:00	sraz			Enteria arena
	9:15 - 10:15	brankář - praxe	60	Landsman Jaroslav / A	Enteria arena - led
	10:30 - 11:15	herní činnosti jednotlivce	45	Dvořák Marek / A	Enteria arena - Dynamo Lounge
	11:15 - 12:00	herní činnosti jednotlivce - nácvik dovedností	45	Dvořák Marek / A	Enteria arena - rozcvičovna / střelnice
	12:00 - 12:30	oběd			
	12:30 - 13:15	herní činnosti jednotlivce	45	Dvořák Marek / A	Enteria arena - led
	13:15 - 14:00	herní činnosti jednotlivce	45	Velinský Radek / skills coach ČSLH	Enteria arena - led
	14:15 - 15:00	kondiční trénink dětí	45	mgr.Moučka Patrik / A	Enteria arena - Dynamo Lounge
	15:00 - 15:45	kondiční trénink dětí	45	mgr.Moučka Patrik / A	Enteria arena - Dynamo Lounge
	15:45 - 16:30	kompensační cvičení	45	mgr.Moučka Patrik / A	Enteria arena - Dynamo Lounge
	16:45 - 17:30	kondiční trénink dětí	45	mgr.Moučka Patrik / A	tělocvična
	17:30 - 18:15	kompensační cvičení	45	mgr.Moučka Patrik / A	tělocvična
	18:30 - 19:15	metodická praxe - míno led	45	Kusý Milan / A	Enteria arena - Dynamo Lounge
	19:15 - 20:00	metodická praxe - vytvoření tren.jednotky	45	Kusý Milan / A	Enteria arena - Dynamo Lounge