



POLSKI
HOKEJ

PLAN KONSULTACJI
KADRY NARODOWEJ
M-16

SKIERNIEWICE 29.04.22 - 03.05.22

ZAKWATEROWANIE:

HOTEL DWOREK

ul. Józefa Piłsudskiego 24,
96-100 Skierniewice

TRENINGI:

Boisko OSiR Skierniewice

ul. Trakcyjna 1,
96-100 Skierniewice

PLAN KONSULTACJI:

piątek, 29.04.2022r.

8:30 Zbiórka PZHT

13:00 Przyjazd do Skierniewic, zakwaterowanie

14:00 Obiad

16:00 Team meeting

17:30 – 19:00 Trening techniczno – taktyczny

20:00 Kolacja

21:00 Rolowanie

sobota, 30.04.2022

8:00 Śniadanie

10:00 Wideo

11:00 – 13:00 Trening techniczno – taktyczny

14:00 Obiad

17:00 Stabilizacja

18:00 – 20:00 Gry wewnętrzne 5 x 5

21:00 Kolacja

niedziela, 1.05.2022

7:30 Rozruch

8:30 Śniadanie

10:00 Video

11:00 – 13:00 Trening techniczno – taktyczny

14:00 Obiad

17:00 Stabilizacja

18:00 – 20:00 Gry wewnętrzne 5 x 5

20:45 Kolacja

21:30 Rolowanie

poniedziałek, 2.05.2022

7:30 Rozruch

8:30 Śniadanie

10:00 Video

11:00 – 13:00 Trening techniczno – taktyczny

14:00 Obiad

17:00 Stabilizacja

18:00 – 20:00 Gry wewnętrzne 5 x 5

20:45 Kolacja

21:30 Rolowanie

wtorek, 3.05.2022

7:30 Rozruch

8:00 Śniadanie

10:30 – 12:00 Trening techniczno – taktyczny

13:00 Obiad

14:30 Wyjazd do Poznania, zakończenie konsultacji

19:00 Przyjazd do Poznania