

DENNÍ REŽIM LYŽAŘSKÉHO KURZU

07.30 – 08.00	BUDÍČEK, RANNÍ HYGIENA
08.00 – 08.30	SNÍDANĚ
09.00	NÁSTUP NA DOPOLEDNÍ VÝCVIK
09.00 – 11.30	DOPOLEDNÍ VÝCVIK
12.00 – 12.30	OBĚD
12.30 – 13.45	POLEDNÍ KLID
14.00	NÁSTUP NA ODPOLEDNÍ VÝCVIK
14.00 – 16.30	ODPOLEDNÍ VÝCVIK
16.30 – 17.00	OSOBNÍ VOLNO, ODPOČINEK
17.00 – 18.00	BESEDA, PŘEDNÁŠKA
18.00 – 18.30	VEČEŘE
18.30 – 19.00	OSOBNÍ VOLNO, ODPOČINEK
19.00	DENNÍ ROZKAZ VEDOUCÍHO LK
19.30 – 21.00	VEČERNÍ PROGRAM DRUŽSTEV
21.00 – 21.30	OSOBNÍ HYGIENA
21.30	VEČERKA