



**ČESKÁ RUGBYOVÁ
UNIE**

| TRAINING CAMP MALTA



NOMINOVANÍ HRÁČI

1.	KENT	ANTHONY	BELENENSES RUGBY
2.	HODEK	MATOUŠ	RC TATRA SMÍCHOV
3.	HAVLÍČEK	MARTIN	RA OLYMP
4.	LEITMANČÍK	ADAM	RC SLAVIA PRAHA
5.	TREFNÝ	ROBERT	RA OLYMP
6.	HOŠEK	DAN	RC PRAGA PRAHA
7.	KRIŽÁNEK	MICHAL	RC SPARTA PRAHA
8.	LOUTOCKÝ	MAREK	CA LANNEMEZAN
9.	HAVEL	VOJTĚCH	RC TATRA SMÍCHOV
10.	ŠIMÁK	MAREK	RC TATRA SMÍCHOV
11.	HOPP	MATYÁŠ	RC PRAGA PRAHA
12.	KUČERA	JAN	RC MOUNTFIELD ŘÍČANY
13.	CIMPRICH	MARTIN	RC MOUNTFIELD ŘÍČANY
14.	BEROUNSKÝ	KAREL	RC TATRA SMÍCHOV
15.	HUTNÍK	RADIM	RC BRNO BYSTRC
16.	STÁRNA	DANIEL	RC TATRA SMÍCHOV
17.	ČÍŽEK	JAKUB	RC PŘELOUČ
18.	NEUŽIL	MICHAL	RC TATRA SMÍCHOV
19.	ČÍŽEK	JAN	RC PŘELOUČ
20.	PEKAŘ	ŠTĚPÁN	AARHUS RUGBY KLUB
21.	OLBRICH	JAN	RC TATRA SMÍCHOV
22.	KOVÁŘ	JAN	RC JIMI VYŠKOV
23.	KOVÁŘ	MARTIN	RC JIMI VYŠKOV
24.	CALTA	VÁCLAV	RC ČESKÉ BUDĚJOVICE
25.	STEJSKAL	ALEŠ	RA OLYMP

POKYNY NA CESTU:

Sraz na Markétě v 5:00 v autobusu (auta bude možné parkovat v areálu na Markétě a nechat je tam celý týden)

Dress code – červená mikina, červené polo, tmavé kalhoty / džíny

Na cestu stačí občanka

Na cestu ještě vyfasujete 2x dres, 1x trenky 1x štlupny

Místní měna EURO

Místní jazyk: Maltšina, angličtina (údajně se domluvíte i Italsky na většině míst ☺)

NABÍZEJÍ S REDUKCÍ JAKO V BRITÁNII

Další informace:

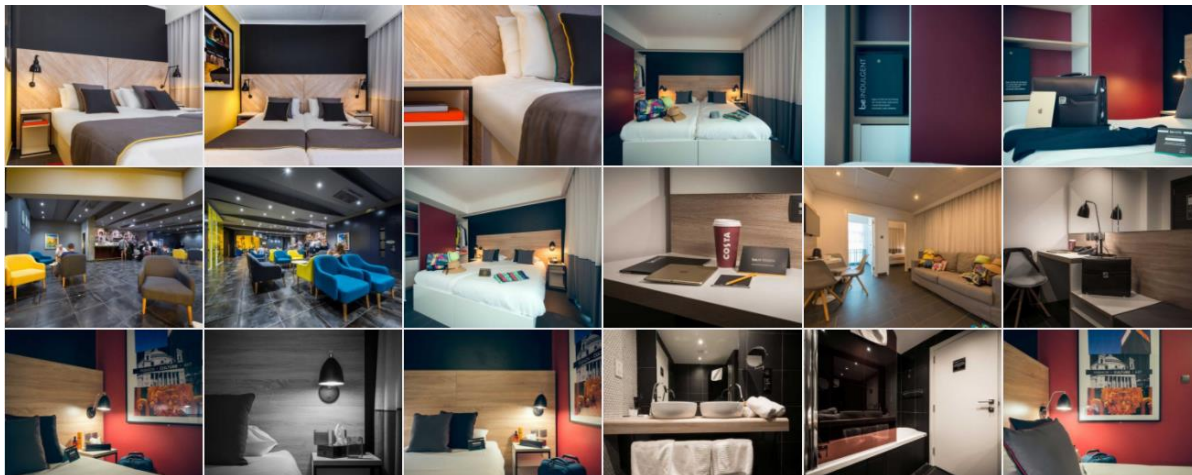
Budete možnost si 1x vyprat tréninkové věci

PŘEDPOVĚĎ POČASÍ:

NE 18. ÚN		Slabý déšť	15°/11°	📈 70%	J 19 km/h	80%
PO 19. ÚN		Částečně zataženo	16°/12°	📈 20%	SSZ 8 km/h	79%
ÚT 20. ÚN		Částečně zataženo	15°/12°	📈 20%	ZSZ 25 km/h	77%
ST 21. ÚN		Přeháňky/vítr	15°/12°	📈 40%	ZSZ 32 km/h	73%
ČT 22. ÚN		Částečně zataženo	15°/11°	📈 10%	ZSZ 20 km/h	74%
PÁ 23. ÚN		Většinou slunečno	15°/11°	📈 20%	J 22 km/h	71%
SO 24. ÚN		Slunečno	15°/12°	📈 0%	SSZ 16 km/h	70%
NE 25. ÚN		Většinou slunečno	15°/12°	📈 10%	VSV 14 km/h	71%

UBYTOVÁNÍ:

Be.hotel [web](#)



POSILOVNA:

Paceville Gym [web](#)



HŘIŠTĚ:

Aldo Moro Street, Marsa, Malta (15 – 30 od hotelu – záleží na dopravě)

Neděle 18.2.	<p>5:00 odjezd autobusem do Mnichova 12:40 odlet Malta 15:00 přilet Malta 17:00 trénink dovedností + útok a obrana 19:00 večeře 20:00 team meeting</p>
Pondělí 19.2.	<p>6:30 Snídaně 7:30 - 9:00 Posilovna 10:00 - 10:30 Video hra roje / hra útoku 11:00 - 12:30 trénink - hra roje / hra útoku 13:00 oběd 14:45 - 16:00 individuální hodnocení 16:30 - 17:00 meeting - herní plán 17:00 - 18:15 trénink - obrana, rucky + herní plán 19:00 večeře 20:00 team meeting</p>
Úterý 20.2.	<p>6:30 snídaně 7:30 - 9:00 posilovna 10:30 - 11:00 Video hra roje / hra útoku 11:00 - 12:15 trénink - herní plán, obrana a rucking 13:00 oběd 14:45 - 16:00 individuální hodnocení 16:30 - 17:30 Trénink - herní plán 19:00 večeře 20:00 team meeting</p>
Středa 21.2.	<p>9:00 snídaně 10:30 - 11:15 Activace & Captain Run 13:00 oběd 15:30 občerstvení před zápasem 16:00 odjezd na stadion 16:30 předávání dresů 18:00 výkop 20:30 večeře</p>
Čtvrtek 22.2.	<p>6:30 snídaně hráčů, kteří mají posilovnu 7:30 - 9:00 individuální posilovna 9:00 snídaně ostatních hráčů 10:00 - 13:00 odpočinek 13:00 oběd from 15:00 týmová aktivita 19:00 večeře</p>
Pátek 23.2.	<p>6:30 snídaně 7:30 - 9:00 Posilovna 10:20 - 11:00 analýza utkání 11:00 - 12:00 trénink - dovednosti a herní plán 13:00 oběd 14:30 - 14:45 individuální hodnocení 16:15 - 17:15 trénink - herní plán 19:00 večeře</p>
Sobota 24.2.	<p>8:00 snídaně 9:20 - 10:00 Activace & Captain Run 10:30 občerstvení před zápasem 11:00 odjezd na stadion 13:30 výkop 18:00 večeře se soupeřem 20:00 team meeting</p>
Neděle 25.2.	<p>7:00 snídaně 9:25 odlet do Mnichova 12:15 přilet do Mnichova 17:00 předpokládaný příjezd do Prahy</p>