

## PREDBEŽNÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM DENNÉHO FLORBALOVÉHO TÁBORA 3-7. júla 2023



Pondelok až piatok :

08,00 – Prezentácia účastníkov

08,00 – 08,15 hod. príchod detí a príprava na činnosť

08,30 – 10,00 hod. 1. dopoludňajšia činnosť podľa tréningového plánu danej skupiny

10,00 – 10,30 hod. čas na vlastnú desiatu, oddych a presun podľa potreby programu

10,30 – 12,00 hod. 2. dopoludňajšia činnosť podľa tréningového plánu danej skupiny

12,00 – 12,45 hod. obed

12,45 – 13,30 hod. kým nám jedlo strávi - stručné teoretické základy FLORBAL (pravidlá, HČJ, HK, HS), priestor pre konzultáciu účastníkov, videoanalýza hráčov.

13,30 – 15,30 hod. popoludňajšia činnosť podľa tréningového plánu danej skupiny (hra, prípravné hry)

15,30 – 16:00 hod. vyhodnotenie dňa

16:00 odchod detí.

Stredu alebo štvrtok (podľa počasia) : doobeda florbalový turnaj a poobede činnosti a hry v prírode.

Program a časový harmonogram je orientačný.

V Banskej Bystrici dňa 5.3.2023