

# Šachové soustředění 2019

## Rumburk

23. 8. - 31. 8.

# Denní program

<b>Čas</b>	<b>Činnost</b>
7:00	Budíček
7:10 - 7:30	Rozcvička
8:00 - 8:30	Snídaně
8:45 - 9:30	1. tréninková hodina
9:50 - 10:35	2. tréninková hodina
10:35 - 10:55	Svačina
10:55 - 11:40	3. tréninková hodina
12:00 - 12:45	4. tréninková hodina
12:50	Hlavní nástup
13:00 - 13:30	Oběd
13:30 - 14:30	Odpolední klid
14:30 - 17:45	Odpolední program
18:00 - 18:30	Večeře
18:45 - 21:45	Večerní program
22:00	Večerka