

Trainingslagerplan

U13

24.-28. August 2020

Trainer: Buschmann, Charousek, Strobelt

Montag, 24.08.2020	06:15	Treff
	06:30	Begrüßung / Einteilung
	07:00-07:50	Eis
	09:00	Frühstück
	10:00-11:00	Athletik Stocktechnik Rollbahn
	11:30-12:20	Eis
	13:30	Mittagessen
	14:30-15:30	Athletik Turnhalle
	15:45	Vesper und Ende
Dienstag 25.08.2020	06:40	Treff
	07:00-07:50	Eis
	09:00	Frühstück
	10:00-11:00	Athletik Turnhalle
	12:00	Mittagessen
	13:00-13:50	Eis
	14:00-14:30	Athletik - cool down
	15:00	Vesper und Ende
Mittwoch, 26.08.2020	06:40	Treff
	07:00-07:50	Eis
	09:00	Frühstück
	10:00-11:00	Athletik Stocktechnik Rollbahn
	11:30-12:20	Eis
	13:30	Mittagessen
	14:30-15:30	Athletik Turnhalle
	15:45	Vesper und Ende
Donnerstag, 27.08.2020	07:30	Treff
	08:00-08:50	Eis
	09:15	Frühstück
	10:00-11:00	Athletik Stocktechnik Rollbahn
	12:00-12:50	Eis
	13:45	Mittagessen
	14:30-15:30	Athletik Turnhalle
	15:45	Vesper und Ende
Freitag, 28.08.2020	06:40	Treff
	07:00-07:50	Eis
	08:30	Frühstück
	10:00-11:00	Athletik Turnhalle
	11:30-12:20	Eis
	13:15	Mittagessen
	14:00-15:00	Athletik Stocktechnik Rollbahn
	15:15	Vesper und Ende