

Trainingslagerplan

Gruppe 2

2008 ('06) und jünger

19.-23. Oktober 2020

Kabine 0.5 - links und rechts

Trainer: Charousek, Miccoli, Neudecker, Buschmann

Teilnehmer:

Montag, 19.10.2020	09:45	Treff	Barthold Bergert Börner Brottka Delling Delling Eidam Erler Fritzler Fritzsche Gärtner Geist Güths Juler Kahl Kassera Mohamed Müller Nötzel Pomyje Range Raulfs Ruzicka Schimanz Schorr Schröder Seidel Thiele Vilt Wüst Ziethlow
	10:00	Begrüßung / Einteilung / Trikots	
	10:15	Frühstück	
	11:00-11:45	Athletik	
	12:30-13:30	Eis	
	13:45	Mittagessen	
	ab 14:30	Pause, individuell	
	16:30-17:30	Athletik	
	18:15-19:15	Eis	
	19:15	Ende	
Dienstag, 20.10.2020	08:45	Treff	
	09:00-10:00	Athletik	
	10:15	Frühstück	
	11:00-11:45	Pause	
	12:30-13:30	Eis	
	13:50	Mittagessen	
	ab 14:30	Pause, individuell	
	16:00-16:50	Eis	
	17:15	Vesper	
	17:30	Ende	
Mittwoch, 21.10.2020	08:45	Treff	
	09:00-10:00	Athletik	
	10:15	Frühstück	
	11:00-11:45	Pause	
	12:30-13:30	Eis	
	13:50	Mittagessen	
	14:30-15:45	Pause, individuell, inkl. Vesper	
	16:15-17:15	Eis	
	17:30	Ende	
	Donnerstag, 22.10.2020	08:45	Treff
09:00-10:00		Athletik	
10:15		Frühstück	
11:00-11:45		Pause	
12:30-13:30		Eis	
13:50		Mittagessen	
ab 14:30		Pause, individuell	
16:00-16:50		Eis	
17:15		Vesper	
17:30		Ende	
Freitag, 23.10.2020	08:45	Treff	
	09:00-10:00	Athletik	
	10:15	Frühstück	
	11:00-11:45	Pause	
	12:30-13:30	Eis	
	13:50	Mittagessen	
	ab 14:30	Pause, individuell	
	16:00-16:50	Eis	
	17:15	Vesper	
	17:30	Ende	