

Kämpfe mit Leidenschaft! Siege mit Stolz! Verliere mit Respekt! Und gib niemals auf!

Trainingslagerplan

Gruppe U11 A / U13

8.-12. Oktober 2023

Trainer: Buschmann, Charousek, Strobelt, Biggins, Sereinig



			Teilnehmer:
Sonntag, 08.10.2023	06:30	Treff	
	07:00-07:50	Eis	
	08:30	Frühstück	
	09:45-10:45	Athletik	
	11:15-12:30	Eis	
	13:15	Mittagessen	
	13:45	Ende	
Montag, 09.10.2023	07:30	Treff	
	08:00-08:50	Eis	
	09:30	Frühstück	
	10:45-11:45	Athletik / Stickhandling / Schusstraining	
	12:30	Mittag	
	14:00-16:00	ausführliche Leistungsdiagnostik	
Dienstag, 10.10.2023	07:30	Treff	
	08:00-08:50	Eis	
	09:30	Frühstück	
	10:45-11:45	Athletik	
	12:30	Mittag	
	14:00-16:00	Theorie / Athletik / Snack	
Mittwoch, 11.10.2023	16:30-17:45	Eis	
	07:30	Treff	
	08:00-08:50	Eis	
	09:30	Frühstück	
	10:45-11:45	Athletik	
	12:30	Mittag	
Donnerstag, 12.10.2023	14:00-16:00	Theorie / Athletik / Snack	
	16:30-17:45	Eis	
	07:30	Treff	
	08:00-08:50	Eis	
	09:30	Frühstück	
	10:45-11:45	Athletik	
	12:30	Mittag	
	14:00-15:30	Theorie / Athletik / Snack	
	16:15-17:15	Eis	

