

Trainingslagerplan

Gruppe U9

7.-13. Oktober 2024

Trainer: Charousek, Rentzsch, Schaufuß, Strobel, Werner



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

			Teilnehmer:
Montag, 07.10.2024	07:20	Treff	
	07:50-08:50	Eis	
	09:30	Frühstück	
	10:30-11:30	Athletik / Stickhandling / Schusstraining	
	12:00	Mittag	
	13:00-13:15	Theorie / Athletik	
	13:45-14:45	Eis	
	15:00-15:15	cool down + Ende	
Dienstag, 08.10.2024	07:20	Treff	
	07:50-08:50	Eis	
	09:30	Frühstück	
	10:30-11:30	Athletik / Stickhandling / Schusstraining	
	12:00	Mittag	
	13:00-13:15	Theorie / Athletik	
	13:45-14:45	Eis	
	15:00-15:15	cool down + Ende	
Mittwoch, 09.10.2024	07:20	Treff	
	07:50-08:50	Eis	
	09:30	Frühstück	
	10:30-11:30	Athletik / Stickhandling / Schusstraining	
	12:00	Mittag	
	13:00-13:15	Theorie / Athletik	
	13:45-14:45	Eis	
	15:00-15:15	cool down + Ende	
Donnerstag, 10.10.2024	07:20	Treff	
	07:50-08:50	Eis	
	09:30	Frühstück	
	10:30-11:30	Athletik / Stickhandling / Schusstraining	
	12:00	Mittag	
	13:00-13:15	Theorie / Athletik	
	13:45-14:45	Eis	
	15:00-15:15	cool down + Ende	
Freitag, 11.10.2024	07:20	Treff	
	07:50-08:50	Eis	
	09:30	Frühstück	
	10:30-11:30	Athletik / Stickhandling / Schusstraining	
	12:00	Mittag	
	13:00-13:15	Theorie / Athletik	
	13:45-14:45	Eis	
	15:00-15:15	cool down + Ende	

