

# Trainingslagerplan

## Gruppe U9

09.-13. Februar 2026

Trainer: Rentzsch, Schaufuß, Schaal, Kufa, ÜL-Team



|                          |             |                             |
|--------------------------|-------------|-----------------------------|
| Montag<br>09.02.2026     | 06:30       | Treff - kurze Eröffnung     |
|                          | 07:00-07:50 | Eis / ESH                   |
|                          | 08:30       | Frühstück                   |
|                          | 10:00-11:00 | Eis / Infield               |
|                          | 11:45       | Mittagessen                 |
|                          | 12:30       | Mittagspause                |
|                          | 13:45-15:00 | Kleine Winterolympiade      |
| Dienstag<br>10.02.2026   | 06:30       | Treff                       |
|                          | 07:00-07:50 | Eis / ESH                   |
|                          | 08:30       | Frühstück                   |
|                          | 09:45-10:45 | Athletik / Kleine Spiele    |
|                          | 11:45       | Mittagessen                 |
|                          | 12:30       | Mittagspause                |
|                          | 13:30-14:15 | Stocktechnik / Koordination |
| Mittwoch<br>11.02.2026   | 15:00-16:15 | Eis / ESH                   |
|                          | 06:30       | Treff                       |
|                          | 07:00-07:50 | Eis / ESH                   |
|                          | 08:30       | Frühstück                   |
|                          | 09:45-10:45 | Athletik / Kleine Spiele    |
|                          | 11:45       | Mittagessen                 |
|                          | 12:30       | Mittagspause                |
| Donnerstag<br>12.02.2026 | 13:30-14:20 | Eis - Torwarttraining TrH   |
|                          | 13:30-14:15 | Stocktechnik / Koordination |
|                          | 15:00-16:00 | Eis / ESH                   |
|                          | 06:30       | Treff                       |
|                          | 07:00-07:50 | Eis / ESH                   |
|                          | 08:30       | Frühstück                   |
|                          | 10:00-10:45 | Athletik / Kleine Spiele    |
| Freitag<br>13.02.2026    | 11:00       | Mittagessen                 |
|                          | 11:30       | Mittagspause                |
|                          | 12:30-14:20 | Eis TrH                     |
|                          | 14:45       | cool down/Stretching        |
|                          | 07:30       | Treff                       |
|                          | 07:50-08:50 | Eis / ESH                   |
|                          | 09:15       | Frühstück                   |
|                          | 10:30-11:30 | Athletik / Kleine Spiele    |
|                          | 12:00       | Mittagessen                 |
|                          | 12:30       | Mittagspause                |
|                          | 13:30-14:15 | Stocktechnik / Koordination |
|                          | 15:00-16:00 | Eis / ESH                   |