

Trainingslagerplan

U11

12.-16.10.2026



Trainerteam: Rentzsch, Sauerwein, Vasiljevs, Kontants, Resanzew; TW: Kufa

Kabine 0.5

Montag, 12.10.2026	07:30	Treff
	08:00-08:50	Eis
	09:15	Frühstück
	11:00-11:45	Athletik
	12:00	Mittagessen
	13:10-14:00	Eis - TrH
	14:30-15:00	Seilspringen
	anschl.	Snack und Ende
Dienstag, 13.10.2026	07:30	Treff
	08:00-08:50	Eis
	09:15	Frühstück
	11:00-12:00	Athletik
	12:30	Mittagessen
	14:00-14:30	Stickhandling
	15:00-16:15	Eis
	anschl.	Snack und Ende
Mittwoch, 14.10.2026	07:30	Treff
	08:00-08:50	Eis
	09:15	Frühstück
	11:00-12:00	Athletik
	12:30	Mittagessen
	14:30-15:30	Athletik
	16:10-17:10	Eis
	anschl.	Snack und Ende
Donnerstag, 15.10.2026	09:30	Treff
	09:45	Obst
	10:30-11:00	Theorie
	11:30-12:15	Athletik
	12:30	Mittagessen
	14:10-15:00	Eis - TrH
	15:30	Snack
	16:15-17:30	Eis
Freitag, 16.10.2026	anschl.	Ende
	09:30	Treff
	09:45	Obst
	10:30-11:00	Theorie
	11:30-12:20	Eis - TrH
	13:00	Mittagessen
	14:45-15:15	warm up
	15:45-17:15	Eis - Abschlussturnier
	anschl.	Ende