

# Trainingsplan

## ETC Crimmitschau Winterhockeycamp 2012

### 13.02. - 17.02.2012

Tag	Datum	Zeit	Was
<b>Montag</b>	<b>13.02.12</b>	<b>07:30 Uhr</b>	<b>Treff</b>
		08:15 – 09:15 Uhr	Eistraining
		09:45 – 10:15 Uhr	Snack
		10:30 – 11:00 Uhr	Sprünge / Koordination
		11:15 – 11:45 Uhr	Essen
		12:45 – 14:15 Uhr	Eistraining
		14:30 – 14:45 Uhr	Auslaufen
		<b>15:30 Uhr</b>	<b>Ende</b>
<b>Dienstag</b>	<b>14.02.12</b>	<b>07:30 Uhr</b>	<b>Treff</b>
		08:00 – 09:15 Uhr	Eistraining
		09:45 – 10:15 Uhr	Snack
		10:30 – 11:00 Uhr	Koordination
		11:15 – 11:45 Uhr	Essen
		12:45 – 13:45 Uhr	Eistraining
		14:15 – 14:30 Uhr	Snack
		14:45 – 16:15 Uhr	Athletik / HDV
<b>16:30 Uhr</b>	<b>Ende</b>		
<b>Mittwoch</b>	<b>15.02.12</b>	<b>7:30 Uhr</b>	<b>Treff</b>
		08:00 – 09:15 Uhr	Eistraining
		09:45 – 10:15 Uhr	Snack
		10:30 – 11:00 Uhr	Koordination
		11:15 – 11:45 Uhr	Essen
		12:45 – 14:00 Uhr	Eistraining
		14:30 – 14:45 Uhr	Snack
		15:00 – 16:00 Uhr	Athletik / HDV
<b>16:15 Uhr</b>	<b>Ende</b>		
<b>Donnerstag</b>	<b>16.02.12</b>	<b>7:30 Uhr</b>	<b>Treff</b>
		08:00 – 09:15 Uhr	Eistraining
		09:45 – 10:15 Uhr	Snack
		10:30 – 11:00 Uhr	Koordination
		11:15 – 11:45 Uhr	Essen
		13:00 – 14:30 Uhr	Athletik / HDV
		14:45 – 15:15 Uhr	Snack
		16:20 – 17:15 Uhr	Eistraining
<b>17:30 Uhr</b>	<b>Ende</b>		
<b>Freitag</b>	<b>17.02.12</b>	<b>7:30 Uhr</b>	<b>Treff</b>
		08:00 – 09:15 Uhr	Eistraining
		09:45 – 10:15 Uhr	Snack
		10:30 – 11:00 Uhr	Koordination
		11:15 – 11:45 Uhr	Essen
		13:00 – 14:30 Uhr	Eistraining
<b>15:00 Uhr</b>	<b>Ende</b>		