

Bambini - Kleinschüler

Trainingsplan Bambini – Kleinschüler vom 2.08 – 6.08.2010

Montag:	Treff	7:45 Uhr
	Eröffnung	8:15 Uhr
	Athletik	8:30 – 10:00 Uhr
	Snack	10:30 – 11:00 Uhr
	Eis	12:15 – 13:45 Uhr
	Mittag	14:15 – 14:45 Uhr
	Sahnbad/Spiele	15:00 – 16:30 Uhr
	Eis	17:15 – 18:45 Uhr
	Ende	19:00 Uhr

Dienstag:	Treff	8:00 Uhr
	Athletik	8:15 – 9:30 Uhr
	Snack	9:45 – 10:00 Uhr
	Eis	10:30 – 12:00 Uhr
	Mittag	12:30 – 13:00 Uhr
	Eis	14:30 – 16:00 Uhr
	Sahnbad/Spiele	16:30 – 18:00 Uhr
	Ende	18:15 Uhr

Mittwoch:	Treff	8:00 Uhr
	Athletik	8:15 – 9:30 Uhr
	Snack	9:45 – 10:00 Uhr
	Eis	10:30 – 12:00 Uhr
	Mittag	12:30 – 13:00 Uhr
	Eis	14:30 – 16:00 Uhr
	Sahnbad/Spiele	16:30 – 18:00 Uhr
	Ende	18:15 Uhr

Donnerstag:	Treff	8:00 Uhr
	Athletik	8:15 – 9:30 Uhr
	Snack	9:45 – 10:00 Uhr
	Eis	10:30 – 12:00 Uhr
	Mittag	12:30 – 13:00 Uhr
	Eis	14:30 – 16:00 Uhr
	Sahnbad/Spiele	16:30 – 18:00 Uhr
	Ende	18:15 Uhr

Freitag:	Treff	8:00 Uhr
	Athletik	8:15 – 9:30 Uhr
	Snack	9:45 – 10:00 Uhr
	Eis	10:30 – 12:00 Uhr
	Mittag	12:30 – 13:00 Uhr
	Eis	14:30 – 16:00 Uhr
	Sahnbad/Spiele	16:30 – 18:00 Uhr
	Ende	18:15 Uhr

Knaben

Trainingsplan Knaben vom 2.08 – 6.08.10

Montag:	Treff	7:45 Uhr
	Eröffnung	8:15 Uhr
	Athletik	8:30 – 9:30 Uhr
	Snack	9:45 – 10:00 Uhr
	Eis	10:30 – 12:00 Uhr
	Mittag	12:30 – 13:00 Uhr
	Sahnbad/Spiele	13:15 – 14:45 Uhr
	Eis	15:45 – 17:15 Uhr
	Ende	17:45 Uhr

Dienstag:	Treff	8:00 Uhr
	Eis	8:45 – 10:15 Uhr
	Snack	10:45 – 11:00 Uhr
	Athletik	11:15 – 12:30 Uhr
	Mittag	13:00 – 13:30 Uhr
	Sahnbad/Spiele	14:00 – 15:30 Uhr
	Eis	16:15 – 17:45 Uhr
	Ende	18:15 Uhr

Mittwoch:	Treff	6:30 Uhr
	Eis	7:00 – 8:30 Uhr
	Snack	9:00 – 9:15 Uhr
	Athletik	9:30 – 11:00 Uhr
	Mittag	11:15 – 11:45 Uhr
	Eis	12:45 – 14:15 Uhr
	Sahnbad /Spiele	15:00 – 16:30 Uhr
	Ende	16:45 Uhr

Donnerstag:	Treff	8:00 Uhr
	Eis	8:45 – 10:15 Uhr
	Snack	10:45 – 11:00 Uhr
	Athletik	11:15 – 12:30 Uhr
	Mittag	13:00 – 13:30 Uhr
	Sahnbad/Spiele	14:00 – 15:30 Uhr
	Eis	16:15 – 17:45 Uhr
	Ende	18:15 Uhr

Freitag:	Treff	6:30 Uhr
	Eis	7:00 – 8:30 Uhr
	Snack	9:00 – 9:15 Uhr
	Athletik	9:30 – 11:00 Uhr
	Mittag	11:15 – 11:45 Uhr
	Eis	12:45 – 14:15 Uhr
	Sahnbad /Spiele	15:00 – 16:30 Uhr
	Ende	16:45 Uhr

Trainingsplan Schüler – Jug. Vom 2.08 – 6.08.2010

Montag:	Treff	7:45Uhr
	Eröffnung	8:15 Uhr
	Eis	8:45 – 10:15 Uhr
	Athletik	10:45 – 12:15 Uhr
	Mittag	12:30 – 13:00 Uhr
	Eis	14:00 – 15:30 Uhr
	Snack	15:45 – 16:00 Uhr
	Sahnbad/Spiele	16:15 – 17:45 Uhr
	Ende	18:00Uhr

Dienstag:	Treff	6:30 Uhr
	Eis	7:00 – 8:30 Uhr
	Snack	9:00 – 9:15 Uhr
	Athletik	9:30 – 11:00 Uhr
	Mittag	11:15 – 11:45 Uhr
	Eis	12:45 – 14:15 Uhr
	Sahnbad/Spiele	15:00 – 16:30 Uhr
	Ende	17:00 Uhr

Mittwoch:	Treff	8:00 Uhr
	Eis	8:45 – 10:15 Uhr
	Snack	10:45 – 11:00 Uhr
	Athletik	11:15 – 12:30 Uhr
	Mittag	13:00 – 13:30 Uhr
	Sahnbad/Spiele	14:00 – 15:30 Uhr
	Eis	16:15 – 17:45 Uhr
	Ende	18:15 Uhr

Donnerstag:	Treff	6:30 Uhr
	Eis	7:00 – 8:30 Uhr
	Snack	9:00 – 9:15 Uhr
	Athletik	9:30 – 11:00 Uhr
	Mittag	11:15 – 11:45 Uhr
	Eis	12:15 – 14:15 Uhr
	Sahnbad/Spiele	15:00 – 16:30 Uhr
	Ende	17:00 Uhr

Freitag:	Treff	8:00 Uhr
	Eis	8:45 – 10:15 Uhr
	Snack	10:45 – 11:00 Uhr
	Athletik	11:15 – 12:30 Uhr
	Mittag	13:00 – 13:30 Uhr
	Sahnbad/Spiele	14:00 – 15:30 Uhr
	Eis	16:15 – 17:45 Uhr
	Ende	18:15 Uhr

nur Eiszeiten

Eiszeiten vom 2 – 8.08.2010

Montag:

Sch / Jug	8:45 – 10:15 Uhr
Knaben	10:30 – 12:00 Uhr
Kln / Bambini	12:15 – 13:45 Uhr
Sch / Jug	14:00 – 15:30 Uhr
Knaben	15:45 – 17:00 Uhr
KLn / Bambini	17:15 – 18:45 Uhr
U22	19:00 - 20:15 Uhr

Dienstag:

Sch/ Jug	7:00 – 8:30 Uhr
Knaben	8:45 – 10:15 Uhr
Kln / Bambini	10:30 – 12:00 Uhr
Sch/ Jug	12:45 – 14:15 Uhr
Kln / Bambini	14:30 – 16:00 Uhr
Knaben	16:15 – 17:45 Uhr
U22	19:00 - 20:15 Uhr

Mittwoch:

Knaben	7:00 – 8:30 Uhr
Sch / Jug	8:45 – 10:15 Uhr
KLn / Bambini	10:30 – 12:00 Uhr
Knaben	12:45 – 14:15 Uhr
KLn / Bambini	14:30 – 16:00 Uhr
Sch / Jug	16:15 – 17:45 Uhr
Damen	19:00 - 20:15 Uhr

Donnerstag:

Sch/ Jug	7:00 – 8:30 Uhr
Knaben	8:45 – 10:15 Uhr
Kln / Bambini	10:30 – 12:00 Uhr
Sch/ Jug	12:45 – 14:15 Uhr
Kln / Bambini	14:30 – 16:00 Uhr
Knaben	16:15 – 17:45 Uhr
U22	19:00 - 20:15 Uhr

Freitag:

Knaben	7:00 – 8:30 Uhr
Sch / Jug	8:45 – 10:15 Uhr
KLn / Bambini	10:30 – 12:00 Uhr
Knaben	12:45 – 14:15 Uhr
KLn / Bambini	14:30 – 16:00 Uhr
Sch / Jug	16:15 – 17:45 Uhr
Damen	19:00 - 20:15 Uhr

Samstag:

Kln / Kna	10:00 – 11:15 Uhr
Kln / Kna	Eiserneuerung
	11:30 – 12:45 Uhr

Sonntag:

Jugend	9:00 -10:15 Uhr
Tryout – Camp	10:30 – 12:00
Schüler	12:15 – 13:45 Uhr
Tryout – Camp	14:15 – 15:30 Uhr