

Zeit	Mittwoch 16. Juli 2008	Donnerstag 17. Juli 2008	Freitag 18. Juli 2008	Samstag 19. Juli 2008	Sonntag 20. Juli 2008	Zeit
06:30				U14 Tagwache 6:00 Uhr		06:30
07:00		U14 Tagwache 7:00 Uhr		U14 Morgenessen 06:15 Uhr		07:00
07:30	BESAMMLUNG U14 07:30 Uhr Garderobe	U14 Morgenessen 07:15 Uhr	U14 Tagwache 7:15 Uhr	Vorbereitung Eistraining	U14 Tagwache 7:45 Uhr	07:30
08:00	Eltern Info U14 Warm Up für Eistraining	Vorbereitung Eistraining	U14 Morgenessen 07:30 Uhr	U14 Eistraining Nr. 6 07:15 - 08:45 Uhr	U14 Morgenessen 08:00 Uhr	08:00
08:30	U14 Eistraining Nr. 1 08:30 - 10:00 Uhr	U14 Eistraining Nr. 3 08:30 - 10:00 Uhr	U14 Aerobic 2 08:30 - 10:00 Uhr	Auslaufen	U14 Zimmer räumen	08:30
09:00						09:00
09:30					Polysport 09:00 - 10:45 Uhr	09:30
10:00	Auslaufen	Auslaufen	Vorbereitung Eistraining	Polysport 09:30 - 11:00 Uhr		10:00
10:30					Vorbereitung Eistraining	10:30
11:00	Zimmerbezug	U14 Aerobic 1 10:45 - 11:45 Uhr	U14 Eistraining Nr. 4 10:45 - 12:15 Uhr	U14 Mittagessen 11:15 Uhr	U14 Eistraining Nr. 8 11:30 - 13:00 Uhr	11:00
11:30						11:30
12:00	U14 Mittagessen 12:00 Uhr	U14 Mittagessen 12:00 Uhr	Auslaufen	Vorbereitung Eistraining		12:00
12:30	Theorie 1 Info 12:45 Uhr - 13:30 Uhr	Theorie 3 12:45 - 14:00 Uhr	U14 Mittagessen 13:00 Uhr	U14 Eistraining Nr. 7 13:00 - 14:30 Uhr	Auslaufen	12:30
13:00	Vorbereitung Eistraining				U14 Mittagessen 13:45 Uhr	13:00
13:30		Vorbereitung auf Spiel incl. Warm Up	Test (Teil 2) Fit for Hockey 13:45 - 15:30 Uhr	Auslaufen	Vorbereitung auf Spiel incl. Warm Up	13:30
14:00	U14 Eistraining Nr. 2 14:15 - 15:45 Uhr	Einlaufen			Einlaufen	14:00
14:30			Vorbereitung Eistraining			14:30
15:00		U14 Spiel 1 EVI - EVNW 15:45 Uhr	U14 Eistraining Nr. 5 16:30 - 18:00 Uhr	U14 Event 1	U14 Spiel 2 EVNW - EVI 15:45 Uhr	15:00
15:30	Auslaufen					15:30
16:00					Auslaufen	16:00
16:30					Garderobe räumen	16:30
17:00	Test (Teil 1) Fit for Hockey 16:30 - 18:45 Uhr	Auslaufen Regeneration	Auslaufen	Programm nach Ansage	Entlassung U14 18:30 Uhr	17:00
17:30						17:30
18:00						18:00
18:30						18:30
19:00	U14 Nachtessen 19:00 Uhr	U14 Nachtessen 19:00 Uhr	U14 Nachtessen 19:00 Uhr	U14 Nachtessen 19:15 Uhr		19:00
19:30		Torhütertraining 19:30 - 20:30 Uhr		Vorbereitung Event		19:30
20:00		Polysport				20:00
20:30	Theorie 2 Instruktionen / Ziele	Torhüter Nachtessen 21:00 Uhr	Polysport 20:00 - 21:30 Uhr	Event 2 U13 / U14 Sprintturnier 20:30 - 22:00 Uhr		20:30
21:00		Polysport				21:00
21:30						21:30
22:00	Nachruhe 22:15 Uhr	Nachruhe 22:15 Uhr	Nachruhe 22:15 Uhr	Nachruhe 23:00 Uhr		22:00