

**Programmablauf:**

**Freitag**

17:30	Anreise
<b>17:45 Kantine</b>	<b>Abendessen</b>
19:00 SH	Vorstellung / Aufbau
SH	Aufwärmen
SH	5er Turnier 6 Spiele TW; FS
21:30	Ende

**Samstag**

07:00	Frühsport
<b>07:45 Kantine</b>	<b>Frühstück</b>
09:00 SH	Aufwärmen
09:30 SH	Turnier auf 2 Felder (12 Spiele) parallel Übungen (mit/ohne Rad)
11:30	Pause
<b>11:45 Kantine</b>	<b>Mittagessen</b>
14:00 SH	Aufwärmen
14:30 SH	Turnier auf 2 Felder (12 Spiele) parallel Übungen (mit/ohne Rad)
15:30	Pause
16:00 SH	Zirkel (3 x 10 Stationen 30/30)
17:45 Kantine	Abendessen
19:00	Schwimmbad / Sauna
20:00	Ende

**Sonntag**

07:00	Frühsport
<b>07:45 Kantine</b>	<b>Frühstück</b>
09:00 SH	Aufwärmen
09:30 SH	Turnier auf 2 Felder (12 Spiele) parallel Übungen (mit/ohne Rad)
11:00 SH	Abbau
<b>11:30 Kantine</b>	<b>Mittagessen</b>
13:00	Abreise