

Zeit	13.07.24 Samstag			
	Penguins /Sharks	Ducks	Panthers	Betreuer
06.00				
07.00				
08.00				
09.00				
10.00				
11.00				
12.00				
13.00				
	1315 Eintreffen der Betreuer welche auf das Betreueris gehen.			
14.00	Umziehen			
15.00	Betreuer- / Kindereis oder Freizeit 1415 bis 1545			
16.00	Umziehen			Eisreinigung 1545-1600
	1630 Kick-OFF			
17.00	Rundgang - Anlagebesichtigung Einrichten und vorbereiten			
18.00	1745 - 1845 Nachtessen			
19.00	1845-1900 Weitere Infos 1900-1930 Zimmer beziehen			
20.00	ab 1915 Allgemeines Einrichten, und Time-out Vorbereitungen			
21.00	Betreuer-/Eistrainersitzung			
22.00				

Zeit	14.07.24 Sonntag				
	Penguins	Sharks	Ducks	Panthers	Betreuer
06.00					
07.00					
08.00					
09.00					0830 Frühstück
					0900-0930 Kurzinput/Lagergebet
10.00					
					Garderoben vorbereiten
11.00					
	1100 Ankunft Eishalle	1100 Ankunft Eishalle			
12.00	1130 Eisbahn Einrichten Einlaufen 20' Umziehen	1130 Eisbahn Einrichten Einlaufen 20' Umziehen			
13.00	1230-1430 Eistraining	1230-1430 Eistraining	1300 Ankunft Eishalle		
14.00			1345 Eisbahn Einrichten Einlaufen 20' Umziehen	1330 Ankunft Eishalle	
	Auslaufen 20' Streching Umziehen	Auslaufen 20' Streching Umziehen		1400-1445 Zimmer einräumen	Eisreinigung 1430-1445
15.00	1515-1645 Freizeitprogramm	1515-1715 Freizeitprogramm	1445-1600 Eistraining		
16.00			Auslaufen 20' Streching Umziehen	1515 Eisbahn Einrichten Einlaufen 20' Umziehen	Eisreinigung 1600-1615
17.00	1700 Nachtessen Infos		1645-1800 Zimmer einräumen	1615-1730 Eistraining	
		1730 Nachtessen Infos		Auslaufen 20' Streching Umziehen	Eisreinigung 1730-1745
18.00	1800-1900 Zimmer einräumen	1800-1900 Zimmer einräumen	1800 Nachtessen Infos		
19.00	1900-1945 Abendprogramm in Gruppe	1900-1945 Abendprogramm in Gruppe		1830 Nachtessen Infos	
20.00			Cool & Clean 2000-2100 Abendprogramm	Cool & Clean 2000-2100 Abendprogramm	Draussen
21.00					2145 Lagerleitersitzung
22.00	2130 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2215 Leitersitzung

Zeit	15.07.24 Montag				
	Penguins	Sharks	Ducks	Panthers	Betreuer
06.00		0600 Tagwach			
07.00		0615 Frühstück			
	0700 Tagwach	0700 Eisbahn			
	0715 Frühstück	Einlaufen Umziehen			
08.00		0730-0830 Eistraining	0745 Tagwach		
	0800 Eisbahn		0800 Frühstück	0815 Tagwach	
	Einlaufen 20'				
	Umziehen	Umziehen		0830 Frühstück	Eisreinigung 0830-0845
09.00	0845-0945 Eistraining	0900-1000 Athletiktraining	0845-0930 Off-ICE Training		
10.00	Umziehen		0930 Eisbahn Umziehen		Eisreinigung 0945-1000
	1015-1115 Athletiktraining	1015-1100 Mental-Training	1000-1100 Eistraining	0945-1045 Off-ICE Training	
11.00			Auslaufen 20'	1045 Eisbahn Umziehen	Eisreinigung 1100-1115
		1115-1145 Mittagessen	Streching Umziehen	1115-1215 Eistraining	
12.00	1200-1230 Mittagessen	1200-1245 Off-ICE Training	1200-1230 Mittagessen		
				Umziehen	Eisreinigung 1215-1230
13.00		1245 Eisbahn Umziehen		1230-1330 Athletiktraining	1230-1315 Torhütertraining
	1300-1400 Off-ICE Training	1315-1415 Eistraining	1245-1445 Sommerstock	1330-1400 Mittagessen	
14.00	1400 Eisbahn Umziehen	Auslaufen 20'			Eisreinigung 1415-1430
	1430-1530 Eistraining	Streching Umziehen			
15.00			1500 Eisbahn Einlaufen 20' Umziehen	1430-1615 Freizeitprogramm	Eisreinigung 1530-1545
	Auslaufen 20'				
	Streching Umziehen		1545-1700 Eistraining		
17.00	1630-1800 Sommerstock	1500-1815 Hallenbad	Umziehen	1630 Eisbahn Einlaufen Umziehen	Eisreinigung 1700-1715
18.00			1730-1830 Athletiktraining	1715-1830 Eistraining	
19.00	1830-1900 Nachtessen	1830-1900 Nachtessen	1830-1915 Mental-Training	Auslaufen 20' Streching Umziehen	Eisreinigung 1830-1845
20.00	1945-2045 Abendprogramm	1945-2045 Abendprogramm	1930-2000 Nachtessen	1930-2000 Nachtessen	
21.00			Abendprogramm 2045-2145	Abendprogramm 2045-2145	2200 Lagerleitersitzung
22.00	2130 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2215 Leitersitzung

Zeit	16.07.24 Dienstag				
	Penguins	Sharks	Ducks	Panthers	Betreuer
06.00				0600 Tagwach	
07.00			0700 Tagwach	0615 Frühstück 0700 Eisbahn	
			0715 Frühstück	Einlaufen Umziehen	
08.00		0745 Tagwach		0730-0845 Eistraining	
	0815 Tagwach	0800 Frühstück	0815 Eisbahn		
	0830 Frühstück		Einlaufen 20'		
09.00		0845-0945 Off-ICE Training	Umziehen	Umziehen	Eisreinigung 0845-0900
			0900-1000 Eistraining	0915-1015 Athletiktraining	
10.00		0945 Eisbahn Umziehen	Umziehen		Eisreinigung 1000-1015
		1015-1115 Eistraining	1030-1130 Athletiktraining	1015-1100 Mental-Training	
11.00	1045 Eisbahn Einlaufen 20' Umziehen	Auslaufen 20'		1115-1145 Mittagessen	Eisreinigung 1115-1130
	1130-1230 Eistraining	Strechung Umziehen	1145-1215 Mittagessen		
12.00	Auslaufen 20'	1215-1245 Mittagessen		1200 Eisbahn Einlaufen 20'	
	Strechung Umziehen			Umziehen	Eisreinigung 1230-1245
13.00				1245-1400 Eistraining	
	1330-1400 Mittagessen	1330 Eisbahn Einlaufen 20'		Auslaufen 20'	Eisreinigung 1400-1415
14.00		Umziehen	1245-1600 Freizeitprogramm	Strechung Umziehen	
		1415-1530 Eistraining			
15.00	1500 Eisbahn Einlaufen 20' Umziehen	Umziehen			Eisreinigung 1530-1545
16.00	1545-1645 Eistraining	1600-1700 Athletiktraining	1615 Eisbahn Einlaufen 20'	1445-1815 Hallenbad	
	Umziehen		Umziehen		Eisreinigung 1645-1700
17.00	1715-1815 Athletiktraining		1700-1815 Eistraining		
18.00		1800-1830 Nachtessen	Auslaufen 20'		
	1830-1900 Nachtessen		Strechung Umziehen	1830-1900 Nachtessen	Eisreinigung 1830-1845
19.00			1930-2000 Nachtessen		
20.00	1945-2045 Abendprogramm	1945-2045 Abendprogramm			
21.00			Abendprogramm 2045-2145	Abendprogramm 2045-2145	2200 Lagerleitersitzung
22.00	2130 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2215 Leitersitzung

Zeit	17.07.24 Mittwoch				
	Penguins	Sharks	Ducks	Panthers	Betreuer
06.00	0600 Tagwach				
07.00	0615 Frühstück				
	0700 Eisbahn	0700 Tagwach			
	Einlaufen Umziehen	0715 Frühstück			
08.00	0730-0830 Eistraining	0800 Eisbahn		0745 Tagwach	
		Einlaufen 20'	0815 Tagwach	0800 Frühstück	
	Umziehen	Umziehen	0830 Frühstück		Eisreinigung 0830-0845
09.00	0900-1000 Athletiktraining	0845-0945 Eistraining		0845-0930 Off-ICE Training	
		Umziehen		0930 Eisbahn Umziehen	Eisreinigung 0945-1000
10.00		1015-1115 Athletiktraining	1000-1100 Off-ICE Training	1000-1115 Eistraining	
11.00			1100 Eisbahn Umziehen	Auslaufen 20'	Eisreinigung 1115-1130
	1115-1145 Mittagessen			Stretching	
		1145-1200 Mittagessen	1130-1230 Eistraining	Umziehen	
12.00	1200 Eisbahn				
	Einlaufen 20'		Auslaufen 20'	1230-1300 Mittagessen	Eisreinigung 1230-1245
	Umziehen		Stretching Umziehen		
13.00	1245-1345 Eistraining	1315 Eisbahn			
		Einlaufen 20'	1330-1400 Mittagessen		Eisreinigung 1345-1400
14.00	Auslaufen 20'	Umziehen		1345-1430 Mental-Training	
	Stretching Umziehen	1400-1515 Eistraining	1415-1515 Athletiktraining		
15.00		Auslaufen 20'		1445 Eisbahn	
		Stretching Umziehen	1515-1600 Mental-Training	Einlaufen 20'	Eisreinigung 1515-1530
16.00	1430-1800 Hallenbad			Umziehen	
		1600-1815 Freizeitprogramm	1615 Eisbahn	1530-1645 Eistraining	
			Einlaufen 20'		
17.00			Umziehen	Umziehen	Eisreinigung 1645-1700
			1700-1815 Eistraining	1715-1815 Athletiktraining	
18.00					
			Auslaufen 20'		Eisreinigung 1815-1830
19.00	1830-1900 Nachtessen	1830-1900 Nachtessen	Stretching Umziehen		
			1900-1930 Nachtessen	1900-1930 Nachtessen	
20.00	1945-2045 Abendprogramm	1945-2045 Abendprogramm			
21.00			Abendprogramm 2045-2145	Abendprogramm 2045-2145	2200 Lagerleitersitzung
22.00	2130 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2215 Leitersitzung

Zeit	18.07.23 Donnerstag				
	Penguins	Sharks	Ducks	Panthers	Betreuer
06.00			0600 Tagwach		
07.00			0615 Frühstück		
			0700 Eisbahn	0700 Tagwach	
			Einlaufen Umziehen	0715 Frühstück	
08.00	0745 Tagwach		0730-0830 Eistraining		
	0800 Frühstück	0815 Tagwach		0800 Eisbahn	
				Einlaufen 20'	
		0830 Frühstück	Umziehen	Umziehen	Eisreinigung 0830-0845
09.00			0900-1000 Athletiktraining	0845-1000 Eistraining	
	0930 Eisbahn				
10.00	Einlaufen 20'				
	Umziehen	0945-1045 Athletiktraining		Auslaufen 20'	Eisreinigung 1000-1015
	1015-1115 Eistraining			Streching	
		1045 Eisbahn		Umziehen	
11.00		Einlaufen 20'	1100-1130		
	Auslaufen 20'	Umziehen	Mittagessen		Eisreinigung 1115-1130
	Streching			1130-1200	
12.00	Umziehen	1130-1230 Eistraining		Mittagessen	
			1200 Eisbahn		
	1215-1245 Mittagessen	Auslaufen 20'	Einlaufen 20'		
		Streching	Umziehen		
13.00		Umziehen		1230-1315 Mental-Training	
			1245-1400 Eistraining		
	1300-1430 Freizeitprogramm	1330-1400 Mittagessen		1330 Eisbahn	
14.00			Auslaufen 20'	Einlaufen 20'	
			Streching	Umziehen	Eisreinigung 1400-1415
			Umziehen		
15.00	1500 Eisbahn	1430-1600 Sommerstock		1415-1530 Eistraining	
	Einlaufen 20'				
	Umziehen			Umziehen	Eisreinigung 1530-1545
16.00	1545-1645 Eistraining	1615 Eisbahn	1445-1815 Hallenbad	1545-1645 Athletiktraining	
		Einlaufen 20'			
17.00	Umziehen	Umziehen			Eisreinigung 1645-1700
	1715-1815 Athletiktraining	1700-1815 Eistraining			
18.00				1700-1900 Sommerstock	
		Auslaufen 20'			Eisreinigung 1815-1830
	1830-1900 Nachtessen	Streching	1830-1900 Nachtessen		
19.00		Umziehen			
		1900-1930 Nachtessen		1915-1945 Nachtessen	
20.00	1945-2045 Abendprogramm	1945-2045 Abendprogramm			
21.00			Abendprogramm 2045-2145	Abendprogramm 2045-2145	2200 Lagerleitersitzung
22.00	2130 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2215 Leitersitzung

Zeit	19.07.24 Freitag				
	Penguins	Sharks	Ducks	Panthers	Betreuer
06.00	0600 Tagwach				
07.00	0615 Frühstück	0645 Tagwach			
	packen	0700 Frühstück			
08.00	0715 Eisbahn	packen			
	Einlaufen 20'	Aufräumen / Reinigung	0730 Tagwach	0730 Tagwach	
	Umziehen	Unterkunft	0745 Frühstück	0745 Frühstück	
	0800-0845 Eistraining	0800 Eisbahn	packen aufräumen	packen aufräumen	
09.00	Auslaufen 20'	0845-0945 Eistraining	Reinigen der Unterkunft	Reinigen der Unterkunft	
	Streching		0915 Eisbahn		
	Umziehen		Einlaufen 20'		
10.00		Auslaufen 20'	Umziehen		Eisreinigung 0945-1000
		Streching	1000-1100 Eistraining		Abgabe Unterkunft 1000-1100
		Umziehen			
11.00	1045-1115 Mittagessen			1030 Eisbahn	
			Auslaufen 20'	Einlaufen 20'	
12.00			Streching	Umziehen	Eisreinigung 1100-1115
	1130 Eisbahn	1130-1200 Mittagessen	Umziehen	1115-1215 Eistraining	
	Einlaufen 20'				
	Umziehen	1215 Eisbahn		Auslaufen 20'	Eisreinigung 1215-1230
13.00	Matchvorbereitung	Einlaufen 20'	1230-1300 Mittagessen	Streching	
	Spiel 1230-1315 Abschlussmatch	Umziehen		Umziehen	
14.00		Matchvorbereitung			
	Umziehen/Packen Garderobe putzen	Spiel 1315-1400 Abschlussmatch	1315 Eisbahn	1315-1345 Mittagessen	
			Einlaufen 20'		
15.00	1400-1430 Lagerschluss mit Eltern	Umziehen/Packen Garderobe putzen	Umziehen		Eisreinigung 1400-1415
			Matchvorbereitung	1415 Eisbahn	
		1445-1515 Lagerschluss mit Eltern	Spiel 1415-1500 Abschlussmatch	Einlaufen 20'	
16.00			Umziehen	Umziehen	Eisreinigung 1500-1515
			Umziehen/Packen Garderobe putzen	Matchvorbereitung	
				Spiel 1515-1600 Abschlussmatch	
17.00			1545-1615 Lagerschluss mit Eltern	Umziehen/Packen Garderobe putzen	
18.00				1630-1700 Lagerschluss mit Eltern	
19.00					
20.00					
21.00					
22.00					