



Zeit	7/21/21	Mittwoch			
	 Penguins	 Sharks	 Ducks	 Panthers	Betreuer
06.00	0600 Tagwach				Betreuer abwaschen
07.00	0615 Frühstück "Flora"				
	0700 Abfahrt				
	Eisbahn Umziehen	0715 Tagwach			
		0730 Frühstück "Grischun"			
08.00	0745-0845 Eistraining				
			0815 Tagwach	0815 Tagwach	
			0830 Frühstück "Flora"	0830 Frühstück "Grischun"	
09.00	Auslaufen Streching Umziehen				Eisreinigung 0845-0900
	0930 Rückfahrt	0900 Abfahrt			
		Eisbahn Einlaufen Umziehen	0915-1000 Mental-Training		
10.00					
		1000-1100 Eistraining	1015 Abfahrt		
			Eisbahn Einlaufen Umziehen	1030-1115 Mental-Training	
11.00					Eisreinigung 1100-1115
		Auslaufen Streching Umziehen			
		1145-1215 Mittagessen "Flora"	1115-1215 Eistraining	1130 Abfahrt	
12.00		1145 Rückfahrt		Eisbahn Einlaufen Umziehen	
		1200-1230 Mittagessen "Grischun"	Auslaufen Umziehen		Eisreinigung 1215-1230
			1245 Rückfahrt	1230-1330 Eistraining	
13.00	1300 Abfahrt				
	Eisbahn Umziehen		1315-1345 Mittagessen "Flora"	Auslaufen Streching	Eisreinigung 1330-1345
14.00	1345-1445 Eistraining	1345 Abfahrt		1400 Rückfahrt	
		Eisbahn Einlaufen Umziehen		1415-1445 Mittagessen "Grischun"	
15.00	Auslaufen Umziehen				Eisreinigung 1445-1500
	1515 Rückfahrt	1500-1600 Eistraining			
16.00			1530 Abfahrt		
		Auslaufen Umziehen	Eisbahn Umziehen	1600 Abfahrt	Eisreinigung 1600-1615
17.00		1630-1800 Hallenbad	1615-1730 Eistraining	1615-1730 Minigolf	
			Auslaufen Streching	Einlaufen Umziehen	Eisreinigung 1730-1745
18.00	1800-1830 Nachessen "Flora"		Umziehen	1745-1900 Eistraining	
		1815 Rückfahrt			
		1830-1900 Nachessen "Grischun"	1845 Rückfahrt		
19.00				Auslaufen Streching	Eisreinigung 1915-1930
			1915-1945 Nachessen "Flora"	1930 Rückfahrt	
20.00	1930-2030 Abendprogramm	1930-2030 Abendprogramm		1945-2015 Nachessen "Grischun"	
			Abendprogramm 2045-2145	Abendprogramm 2045-2145	2200 Lagerleitersitzung
21.00					
22.00	2200 Nachtruhe	2130 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2200 Nachtruhe	2215 Leitersitzung