

HOCKEYCAMP ENGELBERG 2026 - WOCHENPLANUNG



Wochenplanung

TEAM Hahnen

	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	TEAM Hahnen	TEAM Hahnen	TEAM Hahnen	TEAM Hahnen	TEAM Hahnen	TEAM Hahnen
06:30						
06:45		Frühstück 6:45 bis 7:15	Frühstück 6:45 bis 7:15	Frühstück 6:45 bis 7:15	Frühstück 6:45 bis 7:15	Frühstück 6:45 bis 7:15
07:00		Verschiebung SpoPa	Verschiebung SpoPa	Verschiebung SpoPa	Verschiebung SpoPa	Zimmerrückgabe
07:15		Umziehen	Umziehen	Umziehen	Umziehen	Theorie (0.5h) 7:45 bis 8:15
07:30						Verschiebung SpoPa
07:45						Umziehen
08:00		Eisstraining (1h) 8:00 bis 9:00	Eisstraining (1h) 8:00 bis 9:00	Eisstraining (1h) 8:00 bis 9:00	Eisstraining (1h) 8:00 bis 9:00	
08:15						
08:30		Umziehen / Verschiebung Halle od. Wyden	Umziehen / Verschiebung Halle od. Wyden	Verschiebung Halle / Wyden	Umziehen / Verschiebung Halle od. Wyden	Eisstraining (1h) 9:00 bis 10:15
08:45						Umziehen
09:00						
09:15						
09:30						
09:45						
10:00		Off Ice (2h) 9:15 bis 11:15	Off Ice (2h) 9:15 bis 11:15		Off Ice (2h) 9:15 bis 11:15	Aufräumen
10:15						
10:30						
10:45						
11:00		Verschiebung Espen	Verschiebung Espen		Verschiebung Espen	Hotdog
11:15						
11:45		Mittagessen Espen 11:30 bis 12:30	Mittagessen Espen 11:30 bis 12:30		Mittagessen Espen 11:30 bis 12:30	Ende
12:00						
12:15						
12:30						
12:45		Theorie (0.5h) 12:45 bis 13:15	Theorie (0.5h) 12:45 bis 13:15		Theorie (45min.) 12:30 bis 13:15	
13:00	Treffpunkt SpoPa	Verschiebung SpoPa	Verschiebung SpoPa	Verschiebung SpoPa	Verschiebung SpoPa	
13:15	Umziehen	Umziehen	Umziehen	Umziehen	Umziehen	
13:30						
13:45	Eisstraining (1h) 13:30 bis 14:30					
14:00						
14:15						
14:30	Duschen	Eisstraining (1.25h) 14:00 bis 15:15	Eisstraining (1.25h) 14:00 bis 15:15	Eisstraining (1.25h) 14:00 bis 15:15	Eisstraining (1.25h) 14:00 bis 15:15	
14:45	Verschiebung Espen					
15:00						
15:15		Duschen	Duschen	Duschen	Duschen	
15:30		Verschiebung Espen	Verschiebung Espen	Verschiebung Espen	Verschiebung Espen	
15:45						
16:00	Zimmerbezug und Freizeit	Dehnung und Mobilität	Dehnung und Mobilität	Dehnung und Mobilität	Dehnung und Mobilität	
16:15						
16:30						
16:45						
17:00						
17:15						
17:30						
17:45						
18:00	Abendessen Espen 18:00 bis 18:45	Abendessen Espen	Abendessen Espen	Abendessen Espen 18:00 bis 18:45	Abendessen Espen 18:00 bis 18:45	
18:15						
18:30						
18:45						
19:00	Abendprogramm	Abendprogramm	Abendprogramm	Abendprogramm	Abendprogramm	
19:15						
19:30						
19:45						
20:00						