




28. SEPTEMBER - 5. OKTOBER 2024

Wochenprogramm



28. SEPTEMBER - 5. OKTOBER 2024



Zeit	Samstag, 28.09.2024	Sonntag, 29.09.2024	Montag, 30.09.2024	Dienstag, 1.10.2024	Mittwoch, 2.10.2024	Donnerstag, 3.10.2024	Freitag, 4.10.2024	Samstag, 5.10.2024	Zeit
07:30		Tagwache/ Morgentoilette	Tagwache/ Morgentoilette		Tagwache/ Morgentoilette	Tagwache/ Morgentoilette	Tagwache/ Morgentoilette		07:30
07:45									07:45
08:00		Info / Morgenessen	Info / Morgenessen	Tagwache/ Morgentoilette	Info / Morgenessen	Info / Morgenessen	Info / Morgenessen	Tagwache/ Morgentoilette	08:00
08:15				Info / Morgenessen				Info	08:15
08:30								Kleines Morgenessen	08:30
08:45									08:45
09:00									09:00
09:15	Besammlng bei Eurobus in Windisch (siehe Beiblatt)	Abmarsch zum Trainingsplatz	Abmarsch zum Fussballplatz	9:45: Abmarsch zum Fussballplatz	C/D/FF19+15: Abmarsch zum Fussballplatz	Abmarsch zum Fussballplatz	Abmarsch zum Fussballplatz	C/D/E/FF: Zusammenpacken und Aufräumen	09:15
09:30					Jun. E/FF12: Bäckerei				09:30
09:45									09:45
10:00		Abfahrt nach Celerina	Technisches Training	Technisches Training	Technisches Training	Technisches Training	Technisches Training	C/D/E/FF: Mannschafts-Training	Abfahrt nach Brugg
10:30									10:30
11:00		Aufräumen/Rückkehr	Aufräumen/Rückkehr	Aufräumen/Rückkehr	Aufräumen/Rückkehr	Aufräumen/Rückkehr	Aufräumen/Rückkehr		11:00
11:30	Zwischenhalt für Mittagessen (Verpflegung mitnehmen!)								11:30
11:45									11:45
12:00		12:25: Trainer-Sitzung	12:25: Trainer-Sitzung	Am Berninaseeli, Staz: Grillieren und Gruppenfotos	12:25: Trainer-Sitzung	12:25: Trainer-Sitzung	12:25: Trainer-Sitzung	Zwischenhalt für Mittagessen	12:00
12:30		Mittagessen	Mittagessen		Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen		12:30
13:00		Ruhezeit	Ruhezeit		Ruhezeit	Ruhezeit	Ruhezeit		13:00
14:00	Ankunft in Celerina / Bezug Unterkunft	Besammlng vor Unterkunft	Besammlng vor Unterkunft	13:30: Rückkehr zur Unterkunft	Besammlng vor Unterkunft	Besammlng vor Unterkunft	Besammlng vor Unterkunft	Ungefähre Ankunft im Stadion Au in Brugg (siehe Beiblatt)	14:00
14:30		C/D/E/FF: Mannschafts-Training	C/E/FF19+12: Mannschafts-Training	Jun. D/E/FF15+12: Mannschafts-Training	E/FF12: Turnier mit FC Celerina	„Schlarigna Cup 2024“	„Celerina Games 2024“		14:30
15:00	Allgemeine Info für alle		D9/FF15/D7: Spiel-Vorbereitung	C/FF19: Spiel-Vorbereitung	Jun. D7: Hallenbad				15:00
15:30					Jun. C/D9/FF19+15: Mannschafts-Training				15:30
16:00	Auflockerungs-Training								16:00
16:30									16:30
17:00		Duschen	E/FF12: Duschen	D7/E/FF12: Duschen	C/D9/E/FF19+15+12: Duschen	Duschen	Duschen	Erholt euch gut und genießt eure zweite Ferienwoche!	17:00
17:30	Duschen		D9/FF15: Spiel mit FC Celerina (Samedan)	D9/FF15: Hallenbad					17:30
18:00		Nachtessen	D7: Spiel mit FC Celerina (San Gian)	C/FF19: Spiel mit FC Celerina (San Gian)	Nachtessen	Nachtessen	Alle Junioren/innen: Zimmer aufräumen + Koffer vorpacken		18:00
18:30	Nachtessen		E/FF12: Nachtessen	D7/E/FF12: Nachtessen					18:30
19:00			C/FF19: Hallenbad	Nachtessen			Nachtessen		19:00
19:30		«Spiel und Spass»							19:30
20:00	„Postenlauf“		E/FF12: Billard	D7: Billard	Cup-Auslosung	C/D/E/FF: Team-Event	Ab 20:30: Siegerehrungen (Postenlauf / Schlarigna Cup / Celerina Games)		20:00
20:30			D/FF15: Nachtessen	E/FF12: Spielabend	D/E/FF15+12: „Lotto“				20:30
20:45			C/FF19: Nachtessen	C/FF19: Nachtessen	C/FF19: „Casino“				20:45
21:00				D9/FF15: Nachtessen					21:00
21:30		Nachtruhe D7/E/FF12	Nachtruhe D7/E/FF12	Nachtruhe D7/E/FF12		Nachtruhe D7/E/FF12	Nachtruhe nach Ansage	21:30	
22:00	Nachtruhe D/E/FF15+12	Nachtruhe D9/FF15	Nachtruhe D9/FF15	Nachtruhe D9/FF15	Nachtruhe D/E/FF15+12	Nachtruhe D9/FF15	„Abschlussshock Leiter“ (Obligatorisch für alle Leiter)	22:00	
22:30	Trainer-Sitzung							22:30	
23:00	Nachtruhe C/FF19	Nachtruhe C/FF19	Nachtruhe C/FF19	Nachtruhe C/FF19	Nachtruhe C/FF19	Nachtruhe C/FF19		23:00	