

CAMPABLAUF

ABLAUFPLAN/Programm

Übernachtungscamp

MONTAG

13:00 Uhr	Anreise
13:00 – 14:00 Uhr	Zimmereinteilung & Unterkunft kennenlernen
14:00 – 14:30 Uhr	Besprechung Camp-Regeln
14:30 – 15:00 Uhr	Verteilung der Trainingsausrüstung
15:00 – 15:30 Uhr	Freizeitprogramm
15:30 – 17:00 Uhr	Trainingseinheit
17:00 – 18:00 Uhr	Freizeit & duschen
18:00 – 19:00 Uhr	Abendessen
19:00 – 22:00 Uhr	Freizeit und Gesellschaftsspiele
Ab 22:00 Uhr	Bettruhe

DIENSTAG

08:00 Uhr	aufstehen
08:30 – 09:30 Uhr	Frühstück
10:00 – 12:00 Uhr	1. Trainingseinheit
12:00 – 13:00 Uhr	Freizeitprogramm
13:00 – 14:00 Uhr	Mittagessen
14:00 – 15:00 Uhr	Freizeitprogramm
15:00 – 17:00 Uhr	2. Trainingseinheit
17:00 – 18:00 Uhr	Freizeit & duschen
18:00 – 19:00 Uhr	Abendessen
19:00 – 22:00 Uhr	Fußballquiz und Spielabend
Ab 22:00 Uhr	Bettruhe

MITTWOCH

08:00 Uhr	aufstehen
08:30 – 09:30 Uhr	Frühstück
10:00 – 12:30 Uhr	Wandertag
12:30 – 13:00 Uhr	Freizeitprogramm
13:00 – 14:00 Uhr	Mittagessen
14:00 – 15:00 Uhr	Freizeitprogramm
15:00 – 17:00 Uhr	Trainingseinheit
17:00 – 18:00 Uhr	Freizeit & duschen
18:00 – 19:00 Uhr	Abendessen
19:00 – 22:00 Uhr	Filmabend (Fußballfilme, Fußballdokus)
Ab 22:00 Uhr	Bettruhe

DONNERTAG

08:00 Uhr	aufstehen
08:30 – 09:30 Uhr	Frühstück
10:00 – 12:00 Uhr	1. Trainingseinheit
12:00 – 13:00 Uhr	Freizeitprogramm
13:00 – 14:00 Uhr	Mittagessen
14:00 – 15:00 Uhr	Freizeitprogramm
15:00 – 17:00 Uhr	2. Trainingseinheit
17:00 – 18:00 Uhr	Freizeit & duschen
18:00 – 19:00 Uhr	Tischtennis und Kicker-Turnier
19:00 – 22:00 Uhr	Grillabend
Ab 22:00 Uhr	Bettruhe

Freitag

08:00 Uhr	aufstehen
08:30 – 09:30 Uhr	Frühstück
10:00 – 12:00 Uhr	1. Trainingseinheit
12:00 – 13:00 Uhr	Freizeitprogramm
13:00 – 14:00 Uhr	Mittagessen
14:00 – 15:00 Uhr	Tasche packen und Freizeit
15:00 – 15:30 Uhr	Gesprächsrunde im Heldenkreis
15:30 – 16:00 Uhr	Verabschiedung und Ausgabe der Jako Mini-Bälle
16:00 Uhr	Abholung unserer Helden durch ihre Eltern