




Wochenprogramm



Zeit	Samstag, 30.09.2023	Sonntag, 1.10.2023	Montag, 2.10.2023	Dienstag, 3.10.2023	Mittwoch, 4.10.2023	Donnerstag, 5.10.2023	Freitag, 6.10.2023	Samstag, 7.10.2023	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	Besammlng bei Eurobus in Windisch (siehe Beiblatt)	Abmarsch zum Trainingsplatz	Abmarsch zum Fussballplatz	9:45: Abmarsch zum Fussballplatz	B/C/D/FF19+15: Abmarsch zum Fussballplatz Jun. E/FF12: Bäckerei	Abmarsch zum Fussballplatz	Abmarsch zum Fussballplatz	Jun. B/C/D/E/FFs: Zusammenpacken und Aufräumen	09:00
09:15									09:15
09:30									09:30
09:45									09:45
10:00	Abfahrt nach Celerina	Technisches Training	Technisches Training	Technisches Training	Technisches Training	Technisches Training	Jun. B/C/D/E/FFs: Mannschafts-Training	Abfahrt nach Brugg	10:00
10:30									10:30
11:00	Zwischenhalt für Mittagessen (Verpflegung mitnehmen!)	Aufräumen/Rückkehr	Aufräumen/Rückkehr	Aufräumen/Rückkehr	Aufräumen/Rückkehr	Aufräumen/Rückkehr	Aufräumen/Rückkehr		11:00
11:30									11:30
11:45									11:45
12:00		Mittagessen	Mittagessen	Am Berninaseeli, Staz: Grillieren und Gruppenfotos	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Zwischenhalt für Mittagessen	12:00
12:30									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		Jun. B/C/D/E/FF: Mannschafts-Training	Jun. E/FF12: Mannschafts-Training	Jun. B/C/FF19: Eishockey Jun. D/E/FF15+12: Mannschafts-Training	Jun. E/FF12: Turnier mit FC Celerina (ab 14:30) Jun. D/FF15: Hallenbad Jun. B/C/FF19: Mannschafts-Training	„Schlarigna Cup 2023“	„Celerina Games 2023“		14:30
15:00	Allgemeine Info für alle								15:00
15:30	Auflockerungs-Training								15:30
16:00									16:00
16:30									16:30
17:00		Duschen	Jun. E/FF12: Duschen Jun. D/FF15: Spiel mit FC Celerina ab 17:00	Jun. B/C/FF19: Hallenbad Jun. D/E/FF15+12: Duschen	Jun. B/C/E/FF19+12: Duschen	Duschen	Duschen	Erholt euch gut und genießt eure zweite Ferienwoche!	17:00
17:30	Duschen								17:30
18:00	Nachtessen	Nachtessen	Jun. B/C/FF19: Spiel mit FC Celerina ab 17:00 Jun. E/FF12: Nachtessen	Jun. D/E/FF15+12: Nachtessen	Nachtessen	Nachtessen	Alle Junioren/innen: Zimmer aufräumen + Koffer vorpacken 18:30: Trainer-Sitzung Nachtessen		18:00
18:30									18:30
19:00		«Spiel und Spass»							19:00
19:30									19:30
20:00	„Celerina by night“		Jun. E/FF12: Billard	Jun. D/FF15: Billard Jun. E/FF12: Spielabend	Cup-Auslosung	Jun. B/C/D/E/FFs: Team-Event	Ab 20:30: Siegerehrungen (Celerina by night / Schlarigna Cup / Celerina Games)	Ich spüre heute das Tier in mir. Das Faultier. 	20:00
20:30			Jun. D/FF15: Nachtessen	Jun. B/C/FF19: Nachtessen	D/E/FF15+12: „Lotto“ B/C/FF19: „Casino“				20:30
20:45									20:45
21:00			Jun. B/C/FF19: Nachtessen						21:00
21:30		Nachtruhe D/E/FF12	Nachtruhe D/E/FF12	Nachtruhe D/E/FF12		Nachtruhe D/E/FF12	Nachtruhe nach Ansage		21:30
22:00	Nachtruhe C/D/E/FF15+12	Nachtruhe C/FF15	Nachtruhe C/FF15	Nachtruhe C/FF15	Nachtruhe D/E/FF12	Nachtruhe C/FF15	„Abschlussshock Leiter“		22:00
22:30	Trainer-Sitzung	Trainer-Sitzung	Trainer-Sitzung	Trainer-Sitzung	Trainer-Sitzung	Trainer-Sitzung			22:30
23:00	Nachtruhe B/FF19	Nachtruhe B/FF19	Nachtruhe B/FF19	Nachtruhe B/FF19	Nachtruhe B/C/FF19+15	Nachtruhe B/FF19			23:00