



ET = Eistraining
 KT = Krafttraining
 TT = Trockentraining
 G = Garderobe

FS = Freundschaft
 MS = Meisterschaft
 PO = Play-Off
 TU = Turnier

TRL = Trainingslager
 Bus 1 = VW Bus Bus
 2 = VW Bus

Wochenplan Woche 47

Team	Tag Dat	Montag 21/11/16				Dienstag 22/11/16				Mittwoch 23/11/16				Donnerstag 24/11/16				Freitag 25/11/16				Samstag 26/11/16				Sonntag 27/11/16			
		Was	Wo	Art / Zeit	G	Trsp	Art / Zeit	G	Trsp	Art / Zeit	G	Trsp	Art / Zeit	G	Trsp	Art / Zeit	G	Trsp	Art / Zeit	G	Trsp	Art / Zeit	G	Trsp	Art / Zeit	G	Trsp		
NLB	Halle			ET 1830-1945	1				ET 1200-1315	1				ET 1530-1700	1			MS 2000	1			ET 1130-1215	1						
	Feld							ET 1915-2015						ET 1200-1315				Langenthal	3/4						GCK				
	Away																								MS 1600	Car			
Elite B	Halle							ET 2030-2130	2			ET 2015-2130	2		ET 2015-2115	2									MS 1700	2			
	Feld							TT 1900				TT 1900			TT 1915										Chur	3			
	Away																	Langenthal											
Novizen Top	Halle																												
	Feld			ET 2035-2145	2									ET 1915-2015	5							Chur					Bus		
	Away			TT 1930	s2										s2							MS 1130				1+2			
Novizen A	Halle																												
	Feld			ET 2035-2145	2									ET 1915-2015	5														
	Away			TT 1930	s2										s2											Pw			
Mini A	Halle																												
	Feld							ET 1815-1915	6			ET 1745-1845	4												Chur	Bus			
	Away							TT 1930-2015				TT 1900-1945	s2												MS 1300	1+2			
Mini B	Halle																												
	Feld							ET 1815-1915	6			ET 1745-1845	4												MS 1700	6			
	Away							TT 1930-2015				TT 1900-1945	s2											ZSC	4				
Moskitos Top	Halle																												
	Feld			ET 1730-1840	5																								
	Away																												
Moskitos A	Halle																												
	Feld			ET 1730-1840	5																								
	Away																												
Moskitos B	Halle																												
	Feld			ET 1730-1840	5																								
	Away																												
Piccolo A	Halle			Laufschule gem. Aufgebot					ET 0600-0700	2																			
	Feld			1745-1915	3	2.Feld					oder																		
	Away			TT 1630 / 1715																									
Piccolo B	Halle			Laufschule gem. Aufgebot					ET 0600-0700	2																			
	Feld			1745-1915	3	2.Feld					oder																		
	Away			TT 1630 / 1715																									
Bambini "Bini"	Halle							ET 0600-0700	2					Laufschule															
	Feld			ET 1615-1715	6/4						oder			ET 1515-1630	6														
	Away																												
Veteranen	Halle																												
	Feld																												
	Away																												
Schule und Sport	Halle																												
	Feld																												
	Away																												
Hockeyschule	Halle																												
	Feld																												
	Away																												
Diverses Spezial	Halle																												
	Feld																												
	Away																												
Bemerkungen																													
Wichtig																													
	Einlaufen / Auslaufen / Kräftigung nach jedem Training und Spiel, - nach Anweisung der Trainer ! (ca.15 Min)																												