



U18-JN
14.3.2010
Zuchwil

Programm

Sonntag, 14.3.2010

0900	Treffpunkt Garderobe anschl. Warm-up off-ice	Sportzentrum
1000 - 1120	<i>Eistraining</i> <i>anschliessend Cool Down</i>	<i>Sportzentrum</i>
1200	Mittagessen	Widisaal
1230 – 1315	Theorie Ernährung (Kathrin)	Widisaal
1330 – 1400	Theorie (Nik) anschl. Warm-up off-ice	Widisaal Sportzentrum
1500 – 1620	<i>Eistraining</i> <i>anschliessend Cool Down</i>	<i>Sportzentrum</i>
1730	Info, Entlassung	Widisaal

