

## Rahmenplan HBW

	Freitag, 01.12.22	Samstag, 02.12.22	Sonntag, 03.12.22
FS 7:15-8:30		07:00 Lauf mU14 07:30 Lauf mU15	07:00 Lauf mU14 07:30 Lauf mU15
		7:30-8:00 Frühstück mU14 8:00-8:30 Frühstück mU15	7:30-8:00 Frühstück mU14 8:00-8:30 Frühstück mU15
		09:00 TE mU14 10:30 Ende	09:00 TE mU14 10:30 Ende
		09:15 Video mU15 11:00 Video mU14 10:30 TE mU15 12:10 Ende	09:15 Video mU15 11:00 Video mU14 10:30 TE mU15 12:10 Ende
Training Spiel			
ME	<b>14:00 Anreise mU14</b>	12:00 ME mU14 12:20 ME mU15	12:00 ME mU14 12:20 ME mU15
Training	14:00 TE mU14 15:15 Ende TE	14:00 TE mU14 15:15 Ende	13:00 Besprechung U14m 13:30 Besprechung U15m
	<b>15:00 Anreise mU15</b> 15:30 Zwima mU14	15:30 Zwima mU14	<b>13:30 Abreise U14m</b> <b>14:00 Abreise U15m</b>
	15:15 Spiel mU15 16:45 Ende	15:15 TE mU15 16:45 Ende	
	AE 17:45-19:00	17:45-18:00 Abendessen mU14 18:00-18:30 Abendessen mU15	
	Spiel	18:30 TE mU14 19:45 Ende 20:15 Zwima mU14	18:30 TE mU14 19:45 Ende 20:15 Zwima U14m
Spiel	19:45 TE mU15 21:15 Ende 21:30 Zwima mU15	19:45 TE mU15 21:15 Ende 21:30 Zwima U15m	
Bettruhe	22:00 Bettruhe	22:00 Bettruhe	