

## Rahmenplan HBW

|                             | Freitag, 30.8.24            | Samstag, 31.8.24                                 | Sonntag, 1.9.24  |
|-----------------------------|-----------------------------|--|--|
| Frühstück                   |                             | 07:30 Aktivierung U14w<br>08:15 Aktivierung U16w | 07:30 Aktivierung U14w<br>08:15 Aktivierung U16w       |
|                             |                             | 07:45 Frühstück U14w<br>08:30 Frühstück U16w     | 07:45 Frühstück U14w<br>08:30 Frühstück U16w           |
| Training                    |                             | 09:00 TE U14w<br>10:45 Ende                      | 09:00 TE U14w<br>10:45 Ende                            |
|                             |                             | 10:45 TE U16w<br>12:15 Ende                      | 10:45 TE U16w<br>12:45 Ende                            |
| Mittagessen                 |                             | 12:00 Mittagessen U14w<br>12:30 Mittagessen U16w | <b>11:30 U14w Abreise</b><br><b>13:15 U16w Abreise</b> |
|                             | Training                    | <b>13:45 Anreise U14w</b>                        |  |
| 14:30 TE U14w               |                             | 14:00 TE U14w                                    |  |
| 16:00 Ende                  |                             | 15:15 Ende                                       |  |
| <b>15:30 Anreise U16w</b>   |                             | 16:00 Zwima U14w                                 |  |
| 16:15 TE U16w<br>17:45 Ende |                             | 15:30 TE U16w<br>16:45 Ende                      |  |
| Abendessen                  | 18:15 Abendessen U16w       | 18:00 Abendessen U16w                            |  |
| Training                    | 18:00 TE U14w<br>19:15 Ende | 17:45 TE U14w<br>19:15 Ende                      |  |
|                             | Abendessen                  | 19:30 Abendessen U14w                            | 19:30 Abendessen U14w                                  |
| Training                    |                             | 19:30 TE U16w<br>21:00 Ende                      | 19:30 TE U16w<br>21:00 Ende                            |
|                             | Bettruhe                    | 22:30  | 22:30  |

## **Rahmenplan HBW**