

ROBERT KOCH TRAININGSCAMP

» DAS CAMP, DASS STÄRKE AUS SCHWÄCHEN FORMT.

» DIENSTAG 07.04.26

- bis 9.00	Anreise
- 9:00-9:45	Zimmer beziehen und umziehen zum Training
- 9.45	Willkommensbesprechung
- 10:00–11.30	1. Trainingseinheit
- 12:00	Mittagessen

Eine Altersgruppe fährt 12–17 Uhr in die Sächsische Schweiz zum Teambuilding.

- 14–15:30	2. Trainingseinheit
- 17:00–18:00	Atletik/Mentaltraining/Ernährung
- 19:00	Abendessen
- 20:00	Taktikschulung oder Filmabend

» MITTWOCH 08.04.26

- 8:00	Mentaltraining
- 9:00	Frühstück
- 10:00–11.30	3. Trainingseinheit
- 12:00	Mittagessen

Eine Altersgruppe fährt 12–17 Uhr in die Sächsische Schweiz zum Teambuilding.

- 14:00–15:30	4. Trainingseinheit
- 17:00–18:00	Atletik/Mentaltraining/Ernährung
- 19:00	Abendessen
- 20:00	Taktikschulung oder Filmabend

» DONNERSTAG 09.04.26

- 8:00	Mentaltraining
- 9:00	Frühstück
- 10:00–11.30	5. Trainingseinheit
- 12:00	Mittagessen

Überraschungsausflug für Alle

- 17:00–18:00	Atletik/Mentaltraining/Ernährung
- 19:00	Abendessen
- 20:00	Taktikschulung oder Filmabend

» FREITAG 10.04.26

- 8:00	Mentaltraining
- 9:00	Frühstück
- 10:00–11.30	6. Trainingseinheit
- 12:00	Mittagessen

Eine Altersgruppe fährt 12–17 Uhr in die Sächsische Schweiz zum Teambuilding.

- 14:00–15:30	7. Trainingseinheit
- 17:00	Ende des Camps



ROBERT KOCH TRAININGSCAMP

» DAS CAMP, DASS STÄRKE AUS SCHWÄCHEN FORMT.

