

Drenge talenttræning - September 2021 Vejen

Torsdag

16.30-17.00	Mødetid + indkvartering + Light meal
17.00	Møde <ul style="list-style-type: none">• <i>(Møde omklædt)</i>
18.00	Fysisk test - Performance Profil
20.30	Aftensmad

Fredag

08.30	Morgenmad.
10.30-12.30	Haltræning (Gruppe 1) + Styrke (Gruppe 2) <ul style="list-style-type: none">• <i>Service 15 min før træningsstart.</i>• <i>Styrke</i><ul style="list-style-type: none">○ <i>10.30 Bagspillere</i>○ <i>11.30 Strege + Fløje + Målmænd</i>
13.00	Frokost
13.45-17.15	Skoletid
15.30	Light meal
17.30-19.30	Haltræning (Gruppe 2) + Styrke (Gruppe 1) <ul style="list-style-type: none">• <i>Styrke</i><ul style="list-style-type: none">○ <i>17.30 Bagspillere</i>○ <i>18.30 Strege + Fløje + Målmænd</i>
20.00	Aftensmad

Drenge talenttræning - September 2021 Vejen

Lørdag

08.30	Morgenmad
10.30-12.30	Haltræning (Gruppe 1) + Stationstræning (Gruppe 2) + MV-træning <ul style="list-style-type: none">• <i>Stationstræning</i><ul style="list-style-type: none">○ 10.30 <i>Bagspillere</i>○ 11.30 <i>Strege + Fløje + Målmænd</i>
13.00	Frokost
14.00	Hvile
15.30	Light meal
17.30-19.30	Haltræning (Gruppe 2) + Stationstræning (Gruppe 1) + MV-træning <ul style="list-style-type: none">• <i>Stationstræning</i><ul style="list-style-type: none">○ 17.30 <i>Bagspillere</i>○ 19.30 <i>Strege + Fløje + Målmænd</i>
20.00	Aftensmad
21.00-?	Socialt arrangement

Søndag

08.00	Morgenmad
9.45-11.45	Haltræning (Gruppe ?) + Styrke (Gruppe ?) <ul style="list-style-type: none">• <i>Styrke</i><ul style="list-style-type: none">○ 9.45 <i>Bagspillere</i>○ 10.45 <i>Strege + Fløje + Målmænd</i>
12.15	Frokost
14.15-16.15	Haltræning (Gruppe ?) + Styrke (Gruppe ?) <ul style="list-style-type: none">• <i>Styrke</i><ul style="list-style-type: none">○ 14.15 <i>Bagspillere</i>○ 15.15 <i>Strege + Fløje + Målmænd</i>
16.45	Aftensmad (To Go) og afgang