

## Zeitplan für das Turncamp

Hier erhaltet ihr einen Überblick über den Zeitplan im Turncamp. Ihr könnt herauslesen, wann unsere Trainingseinheiten und Freizeitprogramme stattfinden und wann es Frühstück, Mittag- und Abendessen gibt. Während des Turncamps kann es möglicherweise zu kleineren Abweichungen kommen.

Viel Erfolg und Spaß in der Turncamp-Woche!

### Sonntag, 1. Tag

- Von 15:30 bis 16:00 Uhr Anreise und Bezug der Schlafräume
- 16:30 Uhr Begrüßung der Teilnehmer-/innen
- 17:00 Uhr Rundgang und Kennenlernen des Vereinsgeländes
- 18:00 Uhr Abendessen
- 19:00 Uhr Abendgestaltung (Kennenlernspiele und Trainingsgruppeneinteilung)

### Montag, 2. Tag

- 7:00 Uhr Wecken
- 7:15 Uhr Frühsport
- 7:45 Uhr Frühstück
- 8:45 - 12:00 Uhr 1. Trainingseinheit
- 12:15 Uhr Mittagessen
- 14:45 - 18:00 Uhr 2. Trainingseinheit
- 18:15 Uhr Abendessen
- 19:30 Uhr Abendgestaltung

### Dienstag, 3. Tag

- 7:00 Uhr Wecken
- 7:15 Uhr Frühsport
- 7:45 Uhr Frühstück
- 8:45 - 12:00 Uhr 3. Trainingseinheit
- 12:15 Uhr Mittagessen
- 14:45 - 18:00 Uhr 4. Trainingseinheit
- 18:15 Uhr Abendessen
- 19:30 Uhr Abendgestaltung

### **Mittwoch, 3. Tag**

- 7:00 Uhr Wecken
- 7:15 Uhr Frühsport
- 7:45 Uhr Frühstück
- 8:45 - 12:00 Uhr 5. Trainingseinheit
- 12:15 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr Schwimmbad
- 18:00 Uhr Abendessen
- 19:30 Uhr Abendgestaltung

### **Donnerstag, 5. Tag**

- 7:00 Uhr Wecken
- 7:15 Uhr Frühsport
- 7:45 Uhr Frühstück
- 8:45 - 12:00 Uhr 6. Trainingseinheit
- 12:15 Uhr Mittagessen
- 14:45 - 18:00 Uhr 7. Trainingseinheit
- 18:15 Uhr Abendessen
- 19:30 Uhr Abendgestaltung

### **Freitag, 6. Tag**

- 7:00 Uhr Wecken
- 7:15 Uhr Frühsport
- 7:45 Uhr Frühstück
- 8:45 - 12:00 Uhr 8. Trainingseinheit
- 12:15 Uhr Mittagessen
- 14:45 - 18:00 Uhr 9. Trainingseinheit (freies Training)
- 18:15 Uhr Abendessen
- 19:30 Uhr Abschlussabend

### **Samstag, 7. Tag**

- 8:30 Uhr Wecken und Packen
- 8:45 Uhr Frühstück
- 9:30 Uhr gemeinsames Abbauen der Halle
- Ab 11:00 Uhr Abreise der Teilnehmer-/innen