

Teamgeist, Speed und Emotionen.
Mit den Bayreuth Tigers aufs Eis.



EHC Bayreuth »Die Tigers« e.V. | Albrecht-Dürer-Straße 1/3 | 95448 Bayreuth

Trainingsplan des EHC Bayreuth e.V. - Saison 2019/ 2020

S. Mayer / Gültig ab 01.10.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Gesamtstunden
Laufschule U7			U7 14:00 - 15:00 <u>Anschallraum</u>			10.15 - 11.15 <u>Anschallraum</u>		02:00
Kleinstschüler U9	<u>Kabine 2</u> 14:00 - 15:00 <u>Athletik</u> 15.15	<u>Kabine 2 u. 3</u> 13:45 - 14:45 <u>Athletik</u> 15.00	<u>Kabine 3</u> 14:00 - 15:00 <u>Athletik</u> 15.15	<u>Kabine 2</u> 16:00 - 17:00				04:00
Kleinschüler U11	<u>Kabine 2</u> 14:00 - 15:00 <u>Athletik</u> 15.15	<u>Kabine 2 u. 3</u> 13:45 - 14:45 <u>Athletik</u> 15.00	<u>Kabine 2</u> 14:45 - 15:45 <u>Athletik</u> 16.00	<u>Kabine 3</u> 16:00 - 17:00 <u>Athletik</u> 17.15				04:00
Knaben U13	<u>Kabine 3</u> 15:15 - 16:15 <u>Athletik</u> 16.30 - 17.00	<u>Kabine 3</u> 17:10-18:05 <u>Athletik</u> 16.10 - 16.40		<u>Kabine 3</u> 18:30 - 19:30 <u>Athletik</u> 17.30 - 18.00	<u>Kabine 3</u> 15:45 - 17:00			04:15
Schüler U15		<u>Kabine 3</u> 17:10-18:05 <u>Athletik</u> 16.10 - 16.50	<u>Kabine 3</u> 18:15 - 19:30 <u>Athletik</u> 17.20 - 18.00	<u>Kabine 3</u> 18:30 - 19:30 <u>Athletik</u> 17.35 - 18.15	<u>Kabine 2</u> 17:15 - 18:45* 16:30 - 18:00*			04:45
Jugend U17	<u>Fitnessstudio</u> 19.00 - 20.00	<u>Kabine 2</u> 19:45 - 21:00 <u>Athletik</u> 19.00 - 19.30	<u>Kabine 2</u> 19:45 - 20:45* <u>Athletik</u> 19.00 - 19.30	<u>Kabine 2</u> 19:45 - 21:00 <u>Athletik</u> 19.00 - 19.30				03:30
Junioren U20	<u>Fitnessstudio</u> 19.00 - 20.00	<u>Kabine 2</u> 19:45 - 21:00 <u>Athletik</u> 19.00 - 19.30	<u>Kabine 2</u> 19:45 - 20:45* <u>Athletik</u> 19.00 - 19.30	<u>Kabine 2</u> 19:45 - 21:00 <u>Athletik</u> 19.00 - 19.30				03:30
1. Mannschaft 1b		21:15 - 22:45 <u>Kabine 3</u>		21:15 - 22:45 <u>Kabine 3</u>				03:00
Torwarttrain alle 14 Tage	U9/U11/U13 15:15 - 16:15		U15/U17 18:15 - 19:30					01:00
Technik- und Athletiktrain	U9/U11	U9/U11	U9/U11	U11				01:30
	U13	U13	U15	U13	U15			02:00
	<u>Fitnessstudio</u> U17/U20	U15	<u>Fitnessstudio*</u> U17/U20	U15				02:30
								03:00

Treffpunkt zum ankleiden ist jeweils spätestens 30 Minuten vor der Trainingszeit, damit pünktlich mit dem Eistraining begonnen wird!

* Freitags bei Heimspielen der DEL2 Training der U15 von 16.30 – 18.00 Uhr.

* Bei Bedarf kann die GmbH am Mittwoch die Trainingszeit von 19.45 - 20.45 Uhr nutzen.

* In den Ferienzeiten gelten gesonderte Trainingszeiten, die über nachwuchs@ehc-bayreuth.de oder s.mayer@ehc-bayreuth.de erfragt werden können.

* Training am Wochenende zu den Spielzeiten möglich. Samstag 11.15 - 14.15 Uhr, 16.45 - 20.15 Uhr. Sonntag 9.30 - 13.00 Uhr.