

2018	SAMEDI 20.07.19		DIMANCHE 21.07.19		LUNDI 22.07.19		MARDI 23.07.19		MERCREDI 24.07.19	
	Blanc	Rouge	Blanc	Rouge	Blanc	Rouge	Blanc	Rouge	Blanc	Rouge
06h30										
07h00			Petit-Déjeuner 7h00		Petit-Déjeuner 6h30 (Gardiens) Petit-Déjeuner 7h00 (Joueurs)		Petit-Déjeuner 7h00		Petit-Déjeuner 7h00	
07h15					7h15 - 8h15					
07h30					Entrainement Gardiens U15					
07h45					ROLBA		7h45 - 10h15			
08h00	Rendez-vous Staff U15 / SR		8h00 - 9h00	8h00 - 9h30			Rencontres individuelles		8h00 - 9h15	Libération des chambres
08h15			Off-ice	Glace	8h30 - 9h45	8h30 - 9h30			Glace	
08h30					Glace	Off-ice				
08h45										
09h00	9h00 RDV SR-Blanc									
09h15	Infos aux parents									
09h30			ROLBA						ROLBA	
09h45										
10h00	10h00 - 11h00	10h00 RDV SR-Rouge	9h45 - 11h15						Libération des chambres	9h30 - 10h45
10h15	Warm-Up	Infos aux parents	Glace	10h15 - 11h15	10h15 - 11h15	10h00 - 11h15				Glace
10h30					Off-ice	Glace				
10h45					Off-ice					
11h00			ROLBA							
11h15							11h00 - 10h00	11h00 - 12h15		
11h30							Off-ice	Glace		
11h45										
12h00	Diner (patinoire)		Récupération / Travail individuel		Diner à la Maison du Sports Vaudois 11h45				Diner à la Maison du Sports Vaudois 11h45	
12h15										
12h30							ROLBA			
12h45	Prise des chambres	Diner (patinoire)					12h30 - 13h45	12h45 - 13h45		12h45
13h00							Glace	Off-ice		Théorie sélection U15
13h15										
13h30		Prise des chambres	Diner à la Maison du Sports Vaudois 13h15		13h00 Théorie Joerg Eberle					
13h45										
14h00										
14h15	14h15 - 15h15		Récupération / Travail individuel							
14h30	Entrainement Gardiens U15				14h30 - 15h45	14h30 - 15h30	Diner à la Maison du Sports Vaudois 14h30		14h45 - 17h00 U15	
14h45					Glace	Off-ice			Match	
15h00									ROUGE - BLANC	
15h15	ROLBA									
15h30	15h30 - 16h30	15h30 - 16h30	15h45 - 16h45	15h45 - 17h00			Récupération			
15h45	Small Game	Small Game	Off-ice	Glace						
16h00										
16h15										
16h30	ROLBA				16h15 - 17h15	16h00 - 17h15				
16h45	16h45 - 17h45	16h45 - 17h45			Off-ice	Glace				
17h00										
17h15	Small Game	Small Game	17h15 - 18h30	17h30 - 18h30			17h00 - 18h00	17h00 - 18h15		
17h30							Bilan avec les coaches	Glace		Licenciement des joueurs 17h30
17h45			Glace	Off-ice						
18h00										
18h15										
18h30					Souper à la Maison du Sports Vaudois 18h00				Fin du camp U15 - 2018	
18h45	Souper à la Maison du Sports Vaudois 18h45		Récupération / Travail individuel				18h30 - 19h45	18h45 - 19h45		
19h00							Glace	Bilan avec les coaches		
19h15										
19h30										
19h45			Souper à la Maison du Sports Vaudois 19h45							
20h00										
20h15	THEORIE									
20h30										
20h45										
21h00										
21h15										
21h30										
21h45										
22h00	Extinction des feux		Extinction des feux		Extinction des feux		Extinction des feux			

