



F.C. HANSA ROSTOCK

IKK Die Innovationskasse

Tagesplan **Herbstcamp**

Herrnburg

Dienstag, 11.10.2022

2.Tag: „Training und DFB-Abzeichen“

- 09.00 - 09.30 Uhr Anreise der Teilnehmer
- 09.45 – 10.15 Uhr Erwärmungsspiele
- 10.15 – 11.45 Uhr DFB – Abzeichen I
- 12.00 – 13.00 Uhr Mittagessen / Mittagspause
- 13.00 – 13.30 Uhr Schlag den Trainer
- 13.30 – 14.30 Uhr DFB – Abzeichen II
- 14.30 – 15.45 Uhr Trainingseinheit
- anschließend Abholung der Teilnehmer

