

# Programm/Zeitplan

## 1. Jugend-Anschluss-Kader-Treffen in Coburg

**08.11.2013-10.11.2013**

### **Freitag 08.11.2013**

- Bis 18:30 Uhr > Anreise und Zimmerbezug
- 19 Uhr > Nachtlauf (kein OL)
- 20 Uhr > Abendessen, muss mitgebracht werden
- 21 Uhr > Begrüßung und Kennenlernspiel
- 21:30 Uhr> „Mein Leben im Nationalkader“ von Christoph Hofmeister

### **Samstag 09.11.2013**

- 7 Uhr > Warm Up ca. 25 Minuten
- 8 Uhr > Frühstück
- 9:30 Uhr > Socken und Cap OL (Schleppstaffel) mit Roland Vogel
- 12 Uhr > Mittagessen
- 14 Uhr > Schnelles Kompass Händling mit Winni Schreiber
- 16 Uhr > Vortrag Thomas Rewig, Bundesjugendtrainer
- 18 Uhr> Abendessen
- 19:30 Uhr > „Micro OL“ /Gemeinschaftsspiele / Erfahrungsaustausch
- Anschließend Disco -23 Uhr

### **Sonntag 10.11.2013**

- 7 Uhr > Warm UP ca. 25 Minuten
- 8 Uhr > Frühstück
- 9:30 Uhr> Gemischte 2er Staffel mit Handycaps von Nina Döllgast
- 12 Uhr> Mittagessen / Feedbackbogen / Verabschiedung
- 13:30 Uhr Heimreise