

# Ablaufplan Herbst-Feriencamp

(21.10.2024 – 25.10.2024)



\*Änderungen vorbehalten

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00 - 09.15 Uhr	Begrüßung	Begrüßung	Begrüßung	Begrüßung	Begrüßung
09.15 - 09.40 Uhr	2. Frühstück	2. Frühstück	2. Frühstück	2. Frühstück	2. Frühstück
09.40 - 10.00 Uhr	Erwärmung	Erwärmung	Erwärmung	<i>Jump 3000</i>	Erwärmung
10.00 - 11.00 Uhr	NH Trainingseinheit	NH Trainingseinheit	<i>Bouldern</i>		NH Trainingseinheit
11.00 - 12.00 Uhr	freies Klettern	freies Klettern			freies Klettern
12.00 - 13.00 Uhr	<b>Mittagessen</b> (Pizza zubereiten)	<b>Mittagessen</b> (Kartoffeln mit Quark)	<b>Mittagessen</b> (Hot Dogs)	<b>Mittagessen</b> (Nudeln mit Tomatensoße)	<b>Mittagessen</b> (Grillen)
13.00 - 14.00 Uhr	Pause (Spielzeit am Tisch)	Pause (Spielzeit am Tisch)	Pause (Spielzeit am Tisch)	Pause (Spielzeit am Tisch)	
14.00 - 15.00 Uhr	NH Trainingseinheit	<i>Outdoor Spiele</i>	<i>Schnitzeljagd</i>	NH Trainingseinheit	
15.00 - 15.30 Uhr	Kletter Challenge			Kletter Challenge	
15.30 - 16.00 Uhr	Snack & Abreise	Snack & Abreise	Snack & Abreise	Snack & Abreise	Snack & Abreise