



**SCC Adler Herbstcamp
19. bis 22. Oktober 2021
P09 Halle I & II**



Wer ist dabei?

Teams U9 / U11 vom 19. bis 22.10.2021

Teams U13 / U15 / U17 vom 19. bis 22.10.21

Ziele des Camps

Spaß am Sport, Gesundheit und Verbesserung der Schlittschuh- und Stocktechnik: In jeder Trainingseinheit wird zu 80% das Laufen, zu 20% Stocktechnik trainiert. Aktivierung des Muskelgedächtnisses bei den jüngeren Eishockeyspielern.

Zur Anmeldung mitbringen

45 Euro für Verpflegung und Trainingsmaterial sowie ausgefülltes Aufnahmeformular. 25 Euro ohne Verpflegung ab U13. Für alle Teilnehmer ein aktueller negativer Selbsttest (mit Protokoll über die Testung nach § 6 der Verordnung des Berliner Senats), wenn nicht geimpft oder genesen.

Zum Ablauf im Detail

Ablaufübersicht in der Anlage

Wie läuft das Eistraining ab? 15 min. Powerskating

45-60 min. Training in Stationen, je 5 Spieler und 1 Torwart

Pro Station 1 Trainer, max. 6 Spieler

Übungen zur Eishockey-Entwicklung, Schlittschuh- und Stocktechnik, Spielstationen zur Beweglichkeit, Spaß und Freude

1 Station fürs Torwarttraining

Und das Athletiktraining?

Stocktechnik üben und festigen, Koordination, Schnelligkeit und Beweglichkeit, Fitness, Spaß



Wer trainiert?

Aigars, Tobi, Vincent, Rob, Alexander, Steffen, Gene, Daniel und
unser neuer Goalietrainer Niklas Zoschke

Sicherheits- und Hygienekonzept



Wir führen das Camp unter den **Hygienebestimmungen** des Berliner Senats durch. Jeder Teilnehmende achtet auf den sicheren Umgang miteinander, so dass wir alle unserem Sport nachgehen können. Bei Krankheits-, insbesondere Erkältungssymptomen bitte zu Hause bleiben und umgehend den Veranstalter informieren.

In den beigefügten **Anmeldeunterlagen** sind die ausführlichen Hygieneregeln für das Camp zu finden, die auf der aktuellen Infektionsschutzverordnung des Berliner Senats basieren. Diese **bitte unbedingt mit den Kindern durchsprechen, unterschreiben und zur Anmeldung am ersten Tag mitbringen**.