

Hallensaison 17/18: Trainingszeiten

Oktober 2017 – März 2018, Stadthalle und Giroud-Olma-Hallen, Olten

Start	Montag Stadthalle				Mittwoch Stadthalle			Freitag Giroud	
	Halle 1	Halle 2	Halle 3	K.Raum/etc.	F. Süd 1-3	F. Nord 1-3	K.Raum/etc.	Halle 4	K.Raum/etc.
17.00	Aufstellen	Aufstellen	Aufstellen		Aufstellen	Aufstellen			
17.15		U15 / U12 17.15-18.45			MH / U8 / U10 MH / U8 bis 18.15	U12 17.15-18.45			
					U 10: 17.15-18.45		Goalietraining ab 18.00h		
18.30	U15	Abräumen	Abräumen				U15	Aufstellen	
18.45	18.30-20.15	(Faustball)	(Badminton)		U15 18.15-20.15	U15	FFF 19.00-21.00 Kraftraum	U18 18.45-20.15	
19.30							Inkl. Warm-up		
19.45				He1			Da1/He1		
20.00				He1				Da1	
20.15	He1 19.45 Warm-up 20.15-21.45	(Badminton)	(Badminton)		Da1/U18 19.45 Warm-up 20.15-21.45	He1/U18/H2 19.45 Warm-up 20.15-21.45		20.15-21.45	
21.45	Abräumen				ok	ok		ok	
22.00					Abräumen	Abräumen		Abräumen	

MiniHockey: Nicole Feller
 U8: Sarah Burri, Ass. U15
 U10: Eric Ladner, Ass. U15
 U12: Steffi Lack, Nora und U15Team für Mo, zt. Perrine Burhardt
 U15 E & CH: Hebi Grütter, Rahel Stampfli, Jimmy Lysser, René Buri,
 Nora Wintenberger
 U18 E: Reto Muggli, respektive Da1 oder He1

Goalietraining: Martin Roth, jeweils Mittwochs, auf Anfrage Trainer
 He1: Flavio Beuggert, Leitung Team
 He2: Dani Pfister, Training individuell und He1
 Da1: Ramona Schwager, Leitung Team
 Sen./ Da2/
 Elternhockey: FFF – Fit.Für.Frühling – Fitnessstraining ab 15.11.2017