



CAMP-Ablauf TENERIFFA

Freitag, 25.10.2019 ANKUNFTSTAG

Treffpunkt 4.50 Uhr Wien Flughafen Schwechat

Abflug Wien mit Eurowings, EW 5288 um 7.00 Uhr

Ankunft in Teneriffa um 11.15 Uhr

Transfer zum Hotel Be Live Experience La Nina

15.00-16.00 Eröffnungstraining (ALLE)

16.00-18.00 Training in 2 Gruppen: GM Held (Gruppe F) + M Miljan (Gruppe A)

Samstag, 26.10.

7.15-8.00 GM Held Kimodo Stand + Stretching (ALLE)

8.00-9.00 GM Held (Gruppe F) + M Miljan (Gruppe F)

13.00-14.00 GM Held (Gruppe F) + M Miljan (Gruppe A)

17.00-18.30 GM Held (Gruppe A) + M Miljan (Gruppe F)

21.00-22.00 GM Held Kraft + Stretching (ALLE)

Sonntag, 27.10.

7.15-8.00 GM Held Kimodo Diagramm + Stock (ALLE)

8.00-9.00 GM Held (Gruppe F) + M Miljan (Gruppe A)

13.00-14.00 GM Held (Gruppe A) + M Miljan (Gruppe F)

17.00-18.30 GM Held (Gruppe F) + M Miljan (Gruppe A)

21.00-22.00 GM Held Kimodo Diagramm + Stock (ALLE)

Montag, 28.10.

7.15-8.00 M Miljan Stock + Messer (ALLE)

8.00-9.00 GM Held (Gruppe A) + M Miljan (Gruppe F)

13.00-14.00 GM Held (Gruppe F) + M Miljan (Gruppe A)

17.00-18.30 GM Held (Gruppe A) + M Miljan (Gruppe F)

21.00-22.00 M Miljan Stock + Messer (ALLE)

Dienstag, 29.10.

7.15-7.45 M Miljan Freikampftaktik (ALLE)

7.45-9.30 GM Held (Gruppe A) + M Miljan (Gruppe F)

11.00 Uhr Abholung (Dolphin & Whale-Watching)

0 bis 5 Jahre: kostenfrei/6 bis 11 Jahre: 25 Euro/ab 12 Jahre: 50 Euro

11-16 Uhr Tour

21.00-22.00 M Miljan Freikampftaktik (ALLE)

Mittwoch, 30.10.

7.45-9.00 GM Held (Gruppe F) + M Miljan (Gruppe A)

ab 10.30 Farbgurtprüfungen

ab 12.00 Start **SCHWARZGURT-Prüfungen** open end

14.00 Mittagessen

ab 15.30 **SCHWARZGURT-Prüfungen** open end

Donnerstag, 31.10. (40 Euro pro Person (0 bis Erwachsener)

7.00 Abfahrt

8.00 Ankunft **Garachico** (15x I. DAN)

30 min Training auf dem Platz + 30 min Endprüfung + 30 min Schwimmen
10.00 Abfahrt

10.30 Drachenbaum „**Drago Milenario**“ (5x II. DAN)

15 min Endprüfung
11.00 Abfahrt

11.30 Lago Martinez

150 min Schwimmen ODER Shopping PLUS Mittagessen (zahlt jeder für sich selbst)
14.00 Abfahrt

15.00 Lorbeerwald **Cruz de la Carmen** (2x III. DAN)

15 min Wanderung
45 min Training
15 min Endprüfung
15 min Wanderung
17.00 Abfahrt

18.30 kurz vor der Seilbahn beim **Pico del Teide** (2 x IV. DAN)

30 min Training
15 min Endprüfungen
19.30 Abfahrt

ca. 21.00 Ankunft im Hotel

Freitag, 1.11. ABREISETAG

Frühstück 7.30 Uhr

Check-Out **Info folgt**

Abfahrt vom Hotel **Info folgt**

Abflug Teneriffa Süd mit Eurowings, EW 5289 um 11.30 Uhr
Ankunft in Wien um 17.20 Uhr

ALLGEMEINES

Sonnenaufgang 8.20 Uhr

Sonnenuntergang 19.30 Uhr

Wasserflaschen 1,5 l bekommt man jederzeit an der Poolbar

Trainingszeiten: 7.15-9.00 // 13.00-14.00 // 17.00-18.30 // 21.00-22.00

7 Trainingsplätze:

- 1) Platz im Park*
- 2) Rasen beim Park*
- 3) Kunstrasen auf dem Dach am Strand*
- 4) Strand links*
- 5) Strand rechts*
- 6) TV Halle*
- 7) Poolbereich*

Essenszeiten 7.30-10.30 // 13.00-15.00 // 19.00-22.00

Extra bei der Poolbar: 10.30-13.00 Spätes Frühstück // 13.00-15.30 Snack Buffet // 10.30-18.30 Sandwiches

2 Gruppen: GM Held, M Miljan Weiss-Blaugurt (Gruppe A) + Rotgurt + DAN (Gruppe F)

Großmeister Dr. Andreas Held und das YOUNG-UNG Team freuen sich auf ein erlebnisreiches Trainings-Camp auf der kanarischen Insel TENERIFFA!