



# B.E.S.A SKATING CAMP

# HOCKEY



## POWER SKATING CAMP

### AROSA 18.6 – 22.6.2025

## Tagesprogramme – Mittwoch/Donnerstag 18./19. Juni 2025

### Mittwoch, 18.6.2025

Ab 18:00

Bezug Garderobe in der Eishalle

Ab 20:00

Abendessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

### Donnerstag, 19.6.2025

Ab 07:30

Morgenessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

#### Morgen-Training

09:00 – 09:30

Begrüssung/Theorie/Warm-Up

10:00 – 11:00

Skating Ausbildung mit Andrey & Herbi

11:00 – 11:15

Eisreinigung

11:15 – 12:00

Skating Ausbildung mit Andrey & Herbi

12:15 – 12:45

Cool Down mit Herbi

13:15 – 14:00

Mittagessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

#### Nachmittag-Training

15:45 – 16:15

Warm-Up mit Herbi

16:45 – 17:45

Skating Ausbildung mit Andrey und Herbi

17:45 – 18:00

Eisreinigung

18:00 – 18:45

Skating Ausbildung mit Andrey und Herbi

19:00 – 19:30

Cool-Down mit Herbi

20:00

Abendessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

**FÜR MEHR INFOS:**  
SISM HOCKEY  
[www.sismhockey.com](http://www.sismhockey.com)  
[ernst@sismhockey.com](mailto:ernst@sismhockey.com)



Seit 2016  
durch SIHF  
zertifiziert



# B.E.S.A SKATING CAMP

# HOCKEY



## POWER SKATING CAMP

### AROSA 18.6 – 22.6.2025

---

## Tagesprogramm – Freitag, 20. Juni 2025

Freitag, 20.6.2025

Ab 07:30

Morgenessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

### Morgen-Training

09:00 – 09:30

Theorie/Warm-Up

10:00 – 11:00

Skating Ausbildung mit Andrey & Herbi

11:00 – 11:15

Eisreinigung

11:15 – 12:00

Skating Ausbildung mit Andrey & Herbi

12:15 – 12:45

Cool Down mit Herbi

13:15 – 14:00

Mittagessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

---

### Nachmittag-Training

15:30 – 16:00

Warm-Up mit Herbi

16:30 – 17:30

Skating Ausbildung mit Andrey und Herbi

17:30 – 17:45

Eisreinigung

17:45 – 18:30

Skating Ausbildung mit Andrey und Herbi

18:45 – 19:15

Cool-Down mit Herbi

20:00

Abendessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

FÜR MEHR INFOS:  
SISM HOCKEY  
[www.sismhockey.com](http://www.sismhockey.com)  
[ernst@sismhockey.com](mailto:ernst@sismhockey.com)



Seit 2016  
durch SIHF  
zertifiziert



# B.E.S.A SKATING CAMP

# HOCKEY

## POWER SKATING CAMP

AROSA 18.6 – 22.6.2025

---



## Tagesprogramm – Samstag, 21. Juni 2025

Samstag, 21.6.2025

Ab 06:30

Morgenessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

### Morgen-Training

07:30 – 08:00

Theorie/Warm-Up

08:30 – 09:45

**COMPEX** -CHL/NHL On-Ice Testing

09:45 – 10:30

Skating Ausbildung mit Andrey & Herbi

10:45 – 11:15

Cool Down mit Herbi

12:00 – 13:00

Mittagessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

---

### Nachmittag-Training

14:45 – 15:15

Warm-Up mit Herbi

15:45 – 16:45

Skating Ausbildung mit Andrey und Herbi

16:45 – 17:00

Eisreinigung

17:00 – 17:45

Skating Ausbildung mit Andrey und Herbi

18:00 – 18:30

Cool-Down mit Herbi

20:00

Abendessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

FÜR MEHR INFOS:  
SISM HOCKEY  
[www.sismhockey.com](http://www.sismhockey.com)  
[ernst@sismhockey.com](mailto:ernst@sismhockey.com)



Seit 2016  
durch SIHF  
zertifiziert



# B.E.S.A SKATING CAMP

# HOCKEY



## POWER SKATING CAMP

### AROSA 18.6 – 22.6.2025

---

## Tagesprogramm – Sonntag, 22. Juni 2025

Sonntag, 22.6.2025

Ab 07:15

Morgenessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

**KEIN CHECK-OUT**

### Morgen-Training

09:00 – 09:30

Theorie/Warm-Up

10:00 – 11:00

Skating Ausbildung mit Andrey & Herbi

11:00 – 11:15

Eisreinigung

11:15 – 12:00

Skating Ausbildung mit Andrey & Herbi

12:15 – 12:45

Cool Down mit Herbi

13:15 – 14:00

Mittagessen **nur** für Teilnehmer mit Hotel

**CHECK-OUT**

---

### Nachmittag-Training

15:15 – 16:15

Skating Ausbildung mit Andrey und Herbi

16:15 – 16:30

Eisreinigung

16:30 – 17:15

Abschlussspiel

17:15

Das Camp ist beendet

**FÜR MEHR INFOS:**  
SISM HOCKEY  
[www.sismhockey.com](http://www.sismhockey.com)  
[ernst@sismhockey.com](mailto:ernst@sismhockey.com)



Seit 2016  
durch SIHF  
zertifiziert