



SKATE-N-SHOOT CAMP

HOCKEY

SKATE-N-SHOOT TRAINING
ZUCHWIL 29.7. – 01.8.2027

Programmes journaliers – Mercredi/Jeudi, 28/29 juillet 2027

Mercredi, 28.7.2027

À partir de 18:00

Installation dans le vestiaire de la patinoire

À partir de 20:00

Dîner uniquement pour les participants séjournant au Sport Hotel

Jeudi, 29.7.2027

À partir de 07:30

Petit-déjeuner uniquement pour les participants à l'hôtel

Entraînement du matin

09:00 – 09:30

Accueil / Théorie / Échauffement

10:00 – 11:00

Formation au patinage et au tir

11:00 – 11:15

Nettoyage de la glace

11:15 – 12:00

Formation au patinage et au tir

12:15 – 12:45

Natation / Cool-down

13:15 – 13:45

Déjeuner pour tous les participants

Entraînement de l'après-midi

15:00 – 16:00

Formation au patinage et au tir

16:00 – 16:15

Nettoyage de la glace

16:15 – 17:00

Formation au patinage et au tir

17:15 – 18:00

Natation / Cool-down

19:00

Dîner uniquement pour les participants séjournant au Sport Hotel

SEULEMENT 23 PLACES POUR CE CAMP!!

INTERNATIONAL EXPERIENCE, DON'T MISS OUT ON THIS!

FÜR MEHR INFOS:
SISM HOCKEY
www.sismhockey.com
ernst@sismhockey.com



Seit 2016
durch SIHF
zertifiziert



SKATE-N-SHOOT CAMP HOCKEY

SKATE-N-SHOOT TRAINING
ZUCHWIL 29.7. – 01.8.2027

Programme journalier – Vendredi 30 juillet 2027

Vendredi, 30.7.2027

À partir de 07:30

Petit-déjeuner uniquement pour les participants à l'hôtel

Entraînement du matin

09:00 – 09:30

Théorie / Échauffement

10:00 – 11:00

Formation au patinage et au tir

11:00 – 11:15

Nettoyage de la glace

11:15 – 12:00

Formation au patinage et au tir

12:15 – 12:45

Natation / Cool-down

13:15 – 13:45

Déjeuner pour tous les participants

Récupération active – activités multisports

Entraînement de l'après-midi

15:00 – 16:00

Formation au patinage et au tir

16:00 – 16:15

Nettoyage de la glace

16:15 – 17:00

Formation au patinage et au tir

17:15 – 18:00

Natation / Cool-down

19:00

Dîner uniquement pour les participants séjournant au Sport Hotel

SEULEMENT 23 PLACES POUR CE CAMP!!

INTERNATIONAL EXPERIENCE, DON'T MISS OUT ON THIS!

FÜR MEHR INFOS:
SISM HOCKEY
www.sismhockey.com
ernst@sismhockey.com



Seit 2016
durch SIHF
zertifiziert



SKATE-N-SHOOT CAMP HOCKEY

**SKATE-N-SHOOT TRAINING
ZUCHWIL 29.7. – 01.8.2027**

Programme journalier – Samedi 31 juillet 2027

Samedi, 31.7.2027

À partir de 07:30

Petit-déjeuner uniquement pour les participants à l'hôtel

Entraînement du matin

09:00 – 09:30

Théorie / Échauffement

10:00 – 12:00

CHL/NHL On-Ice Testing

12:15 – 12:45

Natation / Cool-down

13:15 – 13:45

Déjeuner pour tous les participants

Récupération active – activités multisports

Entraînement de l'après-midi

15:00 – 16:00

Formation au patinage et au tir

16:00 – 16:15

Nettoyage de la glace

16:15 – 17:00

Formation au patinage et au tir

17:15 – 18:00

Natation / Cool-down

19:00

Dîner uniquement pour les participants séjournant au Sport Hotel

SEULEMENT 23 PLACES POUR CE CAMP!!

INTERNATIONAL EXPERIENCE, DON'T MISS OUT ON THIS!

FÜR MEHR INFOS:
SISM HOCKEY
www.sismhockey.com
ernst@sismhockey.com



Seit 2016
durch SIHF
zertifiziert



SKATE-N-SHOOT CAMP HOCKEY

SKATE-N-SHOOT TRAINING
ZUCHWIL 29.7. – 01.8.2027

Programme journalier – Dimanche 1er août 2027

Dimanche, 1.8.2027

À partir de 07:30

Petit-déjeuner uniquement pour les participants à l'hôtel

Entraînement du matin

09:00 – 09:30

Théorie / Échauffement

10:00 – 11:00

Formation au patinage et au tir

11:00 – 11:15

Nettoyage de la glace

11:15 – 12:00

Formation au patinage et au tir

12:15 – 12:45

Natation / Cool-down

13:15 – 14:00

Déjeuner pour tous les participants

Récupération active – activités multisports

Entraînement de l'après-midi

15:00 – 16:00

Formation au patinage et au tir

16:00 – 16:15

Nettoyage de la glace

16:15 – 17:00

Match final

17:00

Fin du camp

SEULEMENT 23 PLACES POUR CE CAMP!!

INTERNATIONAL EXPERIENCE, DON'T MISS OUT ON THIS!

FÜR MEHR INFOS:
SISM HOCKEY
www.sismhockey.com
ernst@sismhockey.com



Seit 2016
durch SIHF
zertifiziert