

Hauptsaison 2023-24

EC St. Gallen/EC Uzwil/ELC Wil

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
17.45-18.30	Off-Ice	16.45 - 17.30	Gruppe 1 auf Teilfeld	08.00-09.00	Erwachsenen-Kurs	16.45 - 17.30	Gruppe 1	16.15 - 17.10	Gruppe 1	07.00 - 08.00	Freies Training Anmeldung bis Mittwoch 19.00 Uhr bei S.Schittli	9.45-10.30	Off-Ice
18.45 - 19.30	Gruppe 1	17.30 - 18.15	Gruppe 2 auf Teilfeld	12.45 - 13.30	Gruppe 1	17.45 - 18.30	Off-ice	16.50 - 17.45	Gruppe 2	08.00-08.45	Erwachsenen-kurse	10.45 - 11.25	Gruppe 1 +Privatunterricht auf Anfrage möglich
		18.15 - 19.15	Gruppe 3 auf Teilfeld-19.00	16.15 - 17.15	Gruppe 2	18.45 - 19.30	Gruppe 2			08.45-09.25	Gruppe 1 +Privatunterricht auf Anfrage möglich	11.25-12.05	Gruppe 2 +Privatunterricht auf Anfrage möglich
19.15-20.15	Gruppe 2	19.30-20.15	Jugendkurs	19.15 - 20.15	Gruppe 3	19.15 - 20.00	Gruppe 3	18.00 - 18.45	Off-ice für ALLE	09.45-10.30	Off-Ice	12.05-12.45	Gruppe 3
						20.00 - 20.45	Gruppe 4			09.25-10.05	Gruppe 2	15.15-16.00	Off-ice
20.15-21.00	Gruppe 3	19.30-20.15	Gruppe 1					20.45 - 21.45	Erwachsenen/ Jugendkurs auf Teilfeld + Gruppe 3 (provisorisch) auf Teilfeld	10.05-10.45	Gruppe 3	16.15 - 17.30	Gruppe 1
		20.00 - 20.45	Gruppe 2							10.15-11.15	Gruppe 1		

Abmeldungen mindestens 24 Stunden im Voraus! (ausser bei Erkrankung)

SG: 23.10.23 - 03.03.24	Halle	Aussenfeld
Uzwil: 23.10.23 - 24.03.24	Mittageis Uzwil Montag-Freitag 12.00-13.30	
Wil: 23.10.23 - 24.03.24	Mittageis Wil Mittwoch und Freitag 11.45 - 13.15	

Privatunterricht auf Anfrage möglich

Privatunterricht auf Anfrage möglich

10.05-10.45	Gruppe 3
10.15-11.15	Gruppe 1
11.00-11.45	Gruppe 2
12.00-12.45	Off-ice

Trainer-Team

D.Fürer 079 600 49 05(Chef)

M.Renggli 078 742 21 09(STV)

Ph.Liñan 077 480 97 04

A-S.Meier 078 721 56 66

S. Kempfer 079 153 36 70

Vor jedem Training gehört ein gezieltes Aufwärmen und danach ein cool-down dazu!