

		Cuisers Rudy van Haven	Advanced Chris Diver	Racers Peter Bartl
<b>Freitag, 06.04.2018</b>	Vormittag	Anreise		
	Nachmittag	Anreise/ Welcome SUPing		
<b>Samstag, 07.04.2018</b>	09:45	Treffpunkt am Strand/ Gruppeneinteilung		
	10:00	Warm up am Strand mit Chris Diver		
	10:15	Einpaddeln		
	10:30	Videoaufnahmen alle Paddler		
	10:45	Trainingseinheit 1	Trainingseinheit 1	Trainingseinheit 1
	12:00	Mittagspause		
	14:15	Treffpunkt am Strand		
	14:30	Warm up am Strand mit Peter Bartl		
	14:45	Trainingseinheit 2	Trainingseinheit 2	Trainingseinheit 2
Nachmittag/Abend	Videoanalyse			
<b>Sonntag, 08.04.2018</b>	09:45	Treffpunkt am Strand		
	10:00	Warm up am Strand mit Rudy van Haven		
	10:15	Trainingseinheit 3	Trainingseinheit 3	Trainingseinheit 3
	12:00	Mittagspause		
	14:15	Treffpunkt am Strand		
	14:30	Stabilisation/Mobilisierung/Kraft mit Chris Diver		
	15:30	gemütliches Auspaddeln		
Abend	Vortrag "Sportwissenschaftliche Grundlagen SUP" by Chris Diver			
<b>Montag, 09.04.2018</b>	09:45	Treffpunkt am Strand		
	10:00	Warm up am Strand mit Peter Bartl		
	10:15	Trainingseinheit 4	Trainingseinheit 4	Trainingseinheit 4
	12:00	Videoaufnahmen alle Paddler		
	12:30	Mittagspause		
	14:15	Treffpunkt am Strand		
	14:30	Warm up am Strand mit Rudy van Haven		
	14:45	Einpaddeln		
	15:00	Abschlussrennen		
	16:00	Siegerehrung und Abschiedsfotos		
Abend	Videoanalyse und Abschiedspaaarrttyy			