

	2016.03.25. (péntek)		2016.03.26. (szombat)		2016.03.27. (vasárnap)	
	1. nap		2. nap		3. nap	
9:00			Vegyes páros curling szabályai	Zoli és Dóri	Kihívások	Zoli és Dóri
9:30			Feladatkörök	Zoli és Dóri		
10:00			Szünet		Szünet	
10:30			Kőelengedés	Zoli, Laci	Szép megoldások	Zsolti
11:00			Söprés	Dóri, Zsolti		
11:30			Szünet		Szünet	
12:00			Ebédszünet		Ebédszünet	
12:30			Power Play	Dóri és Zsolti	Meccs elemzés	Zsolti
13:00			Szünet		Játék közbeni lehetőségek	Laci
13:30			Kommunikáció	Zsolti	Szünet	
14:00	Megnyitó, eligazítás	Laci	Csapat dinamika	Zsolti	Játék	Laci
14:30	Bemelegítés, nyújtás	ELTE	Szünet			
15:00	Száraz edzések	ELTE	Játék	Laci	Tapasztalatok megbeszélése, programzárás	Laci
15:30	Pihenés, regenerálódás	ELTE				
16:00	Szünet					
16:30	Dopping	ELTE				
17:00	Étkezés, hidratálás	ELTE	Napi tapasztalatok megbeszélése	Laci		
17:30	Napi tapasztalatok megbeszélése	Laci				