



LUNDI 3	MARDI 4	MERCREDI 5	JEUDI 6	VENDREDI 7	SAMEDI 8	DIMANCHE 9
KICK-OFF 17:45	RDV 18:15	RDV 18:15	RDV 17:30	LANGENTHAL-HCC 20:45	TEAM BUILDING 08:00 – 21:00	CONGÉ
PILATES / YOGA 18:30-19:15	ICE 19:00 – 20:00	OFF-ICE 18:30-19:30	NUTRITION 17:30 – 18:30		ICE 09:30 – 10:30	
ICE 19:45 – 21:00	OFF-ICE 20:15- 21:00	ICE 20:15 – 21:30	OFF – ICE 18:45 – 20:15			
SOUPER 21:15	SOUPER 21:15	SOUPER 21:45	SOUPER 20:30			



LUNDI 3	MARDI 4	MERCREDI 5	JEUDI 6	VENDREDI 7	SAMEDI 8	DIMANCHE 9
KICK-OFF 17:45	RDV 17:15	RDV 17:30	RDV 17:30	OFF	RDV 09:00	RDV 16:45
ICE 18:30 – 19:30	ICE 17:30 – 18:45	OFF-ICE 17:35 – 18:15	COACH MENTAL 17:30 – 18:30		NUTRITION 09:00 – 10:00	VIDÉO «GAME OLTEN» 17:00
SOUPER 20:15	YOGA / PILATES 19:00 – 20:00	ICE 18:45 – 20:00	ICE 18:45 – 20:00		ACTIVATION 10:15 – 11:00	ROOM 18:00
	SOUPER 20:30	SOUPER 20:30	SOUPER 20:30		ICE 11:30 – 12:15	HCC – YVERDON 19:15
					DÎNER 13:00	SOUPER 21:30
					HCC – OLTEN 19:15	
					SOUPER 21:30	



MINI-CAMP VALLÉE DE JOUX 3 JOURS

LUNDI 3	MARDI 4	MERCREDI 5	JEUDI 6	VENDREDI 7	SAMEDI 8	DIMANCHE 9
DÉPART MÉLÈZES 08:00	PETIT-DÉJEUNER 07:15 – 08:00	PETIT-DÉJEUNER 08:15 – 09:00	CONGÉ	RDV 13:00	RDV 10:00	CONGÉ
ICE 10:45 – 12:15	ICE 09:00 – 10:30	TEAM MEETING 09:30 – 10:15		YOGA / PILATES 13:15 – 14:45	ICE 10:45 À 11:15	
DÎNER 13:00	OFF-ICE 11:00 – 12:00	ICE 10:45 – 12:15		TEAM MEETING 15:00 – 15:30	COOL DOWN 11:30 – 12:00	
OFF-ICE 14:15 – 15:15	DÎNER 12:30	DÎNER 12:45		FUN GAME 16:00 – 17:00	DÎNER 12:30	
ICE 16:15 – 17:45	ICE 14:30 – 16:00	ICE 14:30 – 16:00		NUTRITION 17:30 – 18:30	LIBRE 13:15 – 14:15	
COOL DOWN 18:00 – 18:45	OFF-ICE 17:00 – 18:30	RETOUR MÉLÈZES 18:30		ICE 18:45 – 19:45	TEAM MEETING 14:45	
SOUPER 19:30	SOUPER 19:00			SOUPER 20:00	HCC- BASEL 16:15	

COOL & CLEAN 10 AOÛT 18:45



LUNDI 3	MARDI 4	MERCREDI 5	JEUDI 6	VENDREDI 7	SAMEDI 8	DIMANCHE 9
RDV 15:00	RDV 16:00	RDV 14:00	RDV 15:00	RDV 14:15	RDV 07:45	LHC – CPF U16 TOP 15:15 LAUSANNE
OFF-ICE 15:15 – 16:30	OFF – ICE 16:15 – 17:15	OFF-ICE 14:15 – 15:15	OFF-ICE 15:15 – 16:30	OFF-ICE 15:15 – 16:30	ICE 08:15 – 09:15	CPF – OLTEN U16 A 16:15 MÉLÈZES
ICE 17:15 – 18:15	PILATES / YOGA 17:30 – 18:30	ICE 16:00 – 17:00	ICE 17:15 – 18:30	ICE 17:15 – 18:30	OFF – ICE 10:15 – 11:30	
SOUPER 19:00	SOUPER 19:00	MEETING 17:15 – 17:45	NUTRITION 18:45 : 19:45	SOUPER 19:00	DÎNER 12:15	
		COACH MENTAL 18:00 – 19:00	SOUPER 19:45		FUN GAMES 13:15	
		SOUPER 19:10			FIN 15:00	



MINI-CAMP VALLÉE DE JOUX 3 JOURS

LUNDI 3	MARDI 4	MERCREDI 5	JEUDI 6	VENDREDI 7	SAMEDI 8	DIMANCHE 9
DÉPART MÉLÈZES 06:45	PETIT-DÉJEUNER 08:00 – 08:45	PETIT-DÉJEUNER 07:15 – 08:00	RDV 06:30	RDV 06:30	RDV 11:45	CONGÉ
ICE 09:00 – 10:30	OFF – ICE 09:15 – 10:15	ICE 09:00 – 10:30	ICE 07:00 – 08:00 08:15 – 09:15	ICE 07:00 – 08:00	HCC - BÂLE 13:30	
OFF-ICE 11:00 – 12:00	ICE 10:45 – 12:15	OFF-ICE 11:00 – 12:00	PILATES / YOGA 09:30 – 11:00	COACH MENTAL 09:00 – 10:00		
DÎNER 12:30	DÎNER 13:00	DÎNER 12:30	VIDÉO 11:15 – 12:00	FUN GAME 10:30 – 11:30		
ICE 14:30 – 16:00	OFF-ICE 14:15 – 15:15	RETOUR MÉLÈZES 15:00	DÎNER 12:15	DÎNER 12:00		
OFF-ICE 17:00 – 18:30	ICE 16:15 – 17:45			OFF-ICE + MEETING 13:00 – 15:00		
SOUPER 19:00	SOUPER 19:30			ICE 16:00 – 17:00		

SÉANCE DES PARENTS VENDREDI 7 À 18:30 À LA LOGE

SEMAINE DE PERFECTIONNEMENT U14 – TOP PROSPECTS/U14 TOP - CPF/A HCC



LUNDI 3	MARDI 4	MERCREDI 5	JEUDI 6	VENDREDI 7	SAMEDI 8	DIMANCHE 9
RDV 06:30	RDV 06:30	RDV 06:45	CONGÉ	RDV 07:15	THUN – CPF TOP 11:15	HCC – BÂLE PROS. 11:15
ICE 07:00 – 08:00	ICE 07:00 – 08:00 08:15 – 09:15	ICE 07:15 – 08:15		ICE 08:15 – 09:15 09:30 – 10:30		CPF – OLTEN TOP 13:45
OFF-ICE 8:45 – 10:00	COACH MENTAL 10:00 – 11:00	OFF-ICE 09:15 – 11:15		MEETING 11:00 – 12:30		
DÎNER 11:30 – 12:15	DÎNER 11:30 – 12:15	DÎNER 11:45 – 12:30		DÎNER 12:45 – 13:15		
FUN GAMES 13:00 – 14:30	FUN GAMES 13:00 – 14:30	ICE 14:45 – 15:45 16:00 – 16:45				
ICE 16:00-17:00	ICE 16:00-17:15	COACH MENTAL 17:00 – 18:00				
YOGA / PILATES 17:15 – 18:30	NUTRITION 17:30 – 18:30	SOUPER 18:15				

SÉANCE PARENTS VENDREDI 7 AOÛT À 18:30 À LA LOGE



LUNDI 10	MARDI 11	MERCREDI 12	JEUDI 13	VENDREDI 14	SAMEDI 15	DIMANCHE 16
RDV 07:30	RDV 06:45	RDV 07:30	RDV 06:45	RDV 07:30		
ICE 08:15 – 09:15	ICE 07:00 – 08:00	ICE 08:15 – 09:15	ICE 07:00 – 08:00	ICE 08:15 – 09:15	TOURNOI U12-1 17:15 LYSS	TOURNOI U9-1 12:00 LYSS
COLLATION 09:45	DÉJEUNER 08:30 – 09:15	COLLATION 09:45	DÉJEUNER 08:30 – 09:15	COLLATION 09:45		
OFF – ICE 10:15 – 11:15	OFF - ICE 09:45 – 10:45	OFF – ICE 10:15 – 11:15	OFF - ICE 09:45 – 10:45	OFF – ICE 10:15 – 11:15	TOURNOI U12-2 09:30 MÉLÈZES	TOURNOI U9-2 09:30 MÉLÈZES
DÎNER 11:45 – 12:30	FUN GAMES 10:45 – 11:30	DÎNER 11:45 – 12:30	FUN GAMES 10:45 – 11:30	DÎNER 11:45 – 12:30		
FIN 12:30	FIN 11:45	FIN 12:30	FIN 11:45	FIN 12:30		