

Trainingszeiten und - stätten ab März 2019

Bahn Zeit	Montag Schwapp		Nichtschwimm	Dienstag Schwapp						Mittwoch / Turnhalle	Freitag Schwapp			Bahn Zeit
	Bahn 1	Bahn 2		Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4	Bahn 5	Bahn 6		Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	
16:00 bis 16:29					AB 1 Jan									16:00 bis 16:29
16:30 bis 16:29					AB 1 Jan									16:30 bis 16:29
17:00 bis 17:29		LG 1+2 Regina	Seepferd- chen Jan	AB 1 Kerstin H.	AB 1 Sebastian	AB 1 Rico	AB 2 Mazen					AB 1 Thomas	AB 2 Jan	17:00 bis 17:29
17:30 bis 17:59		LG 1+2 Regina	Seepferd- chen Jan	AB 1 Kerstin H.	AB 1 Sebastian	AB 1 Rico	AB 2 Mazen					AB 1 Thomas	AB 2 Jan	17:30 bis 17:59
18:00 bis 18:29		LG 3 Regina 1. Teil		Rettung bis 15 Chris		LG 1 Regina	LG 2 Norbert	AB 2 Mazen		alle Athletik Chris / Sebastian	LG 1 Regina	LG 2 Norbert	Seepferd- chen Jan Bahn 8	18:00 bis 18:29
18:30 bis 18:59		LG 3 Regina 1. Teil		Rettung bis 15 Chris		LG 1 Regina	LG 2 Norbert	AB 2 Mazen		alle Athletik Chris / Sebastian	LG 1 Regina	LG 2 Norbert	Seepferd- chen Jan Bahn 8	18:30 bis 18:59
19:00 bis 19:29		LG 3 Regina 2. Teil		Rettung bis 15 Chris		LG 3 Regina 2. Teil	LG 3 Regina 2. Teil	LG 3 Regina 1. Teil	Rettung 15 + Timo		LG 3 Regina 1. Teil	LG 2 Norbert		19:00 bis 19:29
19:30 bis 19:59		LG 3 Regina 2. Teil		Rettung bis 15 Chris		LG 3 Regina 2. Teil	LG 3 Regina 2. Teil	LG 3 Regina 1. Teil	Rettung 15 + Timo		LG 3 Regina 1. Teil	LG 3 Regina 2. Teil		19:30 bis 19:59
20:00 bis 20:29	Rettung 18+ Chris	LG 4 Ute				LG 4 Ute	Masters Babett				LG 3 Regina 1 Teil	LG 3 Regina 2. Teil		20:00 bis 20:29
20:30 bis 20:59	Rettung 18+ Chris	LG 4 Ute				LG 4 Ute	Masters Babett				LG 3 Regina 2. Teil	LG 4 /Masters Babett		20:30 bis 20:59
	AB 1 = Aufbaugruppe 1 → Brust und Rücken, Beine alle Lagen; 0 bis ca. 8 Jahre AB 2 = Aufbaugr. 2 → Br.+ Rü. festigen, Kraul lernen, Beine alle Lagen; ca. 8 - 12 J. Rettung bis 15 = festigen aller Lagen, Rettungsschwimmen B + S; ca. 12 bis 15 J. Rettung 15+ = festigen aller Lagen, Rettungsschwimmen B + S + G; ca. 15 - 18 Jahre Rettung 18+ = festigen aller Lagen, Rettungsschwimmen B + S + G; ca. 18 + Jahre in allen Gruppen → alle altersgerechten Schwimm- und Rettungs-schwimmprüfungen									Rettungssport LG = Leistungsgruppen über die Zugehörigkeit zu den einzelnen LG's entscheidet das Trainer- Team der Leistungsgruppen unter der Leitung von Regina Bürger alle altersgerechten Schwimm- und Rettungsschwimmprüfungen				
											Rettung 18+ und Erwachsene Katrin	Rettung 18+ und Erwachsene	LG 4 /Masters Babett	21:00 bis 21:29
											Rettung 18+ und Erwachsene	Rettung 18+ und Erwachsene	LG 4 /Masters Babett	21:30 bis 22:00