

Wintertraining ab 04.11.19

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10.30							Bootsh. 10.30-11.30 BBP
11.00							Sonja
11.30							
16.00			selbständig 15-20 Min. joggen				
16.30	selbständig 15-20 Min. joggen		Bootsh. 16.30-18.00 TG 2 Ursel			Paddeln und Bootshaus	Paddeln und Bootshaus
17.00	Bootsh. 17.00-18.15 TG 2 Andi	Turnhalle 16.45-18.00 TG 1 Meike		Schwimm- bad 17.00 ab 9 Jahre		TG 3	TG 3
17.30							
18.00			Laufen TG 2 selbst.				
18.30		Bootsh. 18.30-20.00 TG 4 Schenk Törl.....		Katja			
19.00	Bootsh. TG 3 nach Absprache		Bootsh. 18.45-20.15 Körperkraft TG 5 Juni/Silke...	Bootsh. TG 3 nach Absprache	Turnhalle 19.00-20.30 TG 4 Volleyball	Bootsh. TG 3 nach Absprache	
19.30							
20.00							
20.30							
	Trainingsgruppen (TG):						
	TG 1 Schüler/innen Jahrgang 2009 und jünger			Meike			
	TG 2 Schüler/innen Jahrgang 2008 und älter, Jugend			Katja/Ursel/Andi			
	TG 3 Junioren/LK						
	TG 4 Freizeitsportler			Schenk/Törl/.....			
	TG 5 Freizeitsportler			Sonja/Juanita/Silke.....			
	Vorraussetzung zur Teilnahme am Schwimmtraining: 200m am Stück schwimmen!						
	Treffpunkt am Schwimmbad. Fahrgemeinschaften für Hin- und Rückfahrt müssen selbst organisiert werden!						
	Uhrzeit für Schwimmbad und Turnhalle versteht sich jeweils fertig umgezogen im Bad bzw. der Turnhalle.						
	Betreten der Turnhalle nur mit Hallenschuhen, die keine Streifen auf dem Hallenboden hinterlassen!						