

Trainingszeiten Nachsaison Freibad 2020 (11.09. bis 30.09.2020)

Tag	Uhrzeit	WK 1	WK 2	WK 3	N 4	N 5	J / MWK / TR	BS
Verantwortlicher Trainer/Sprecher		Sandra Tömör-Salva	Markus Schuirer	Myriam Wankerl	Nadine Heitzer/Hannah Schulz		Sven Kaspers	Myriam Wankerl
Montag	17:45 - 18:45			Bahn 2			Bahn 2 ab 18.45 h	
	18:00 - 19:30	Bahn 1						
Dienstag	17:45 - 19:00		Bahn 1					
	17.45 - 19:15	Bahn 2						
Mittwoch	18:30 - 19:30	Freiwasser-Training - Ort: Info über What's App-Gruppe "Freiwasser"						
Donnerstag	18.00 - 19.00	Vitadrom: Athletik-Training (Vereinsmitglieder, ab 14 Jahre selbst-/eigenständiges Training)						
	18:00 - 19:15	Bahn 1						
	18.30 - 19.30						Bahn 2	
Freitag	16.15 - 17.00					Bahn 1		
	17.00 - 17.45				Bahn 1			
		Athletik-/Lauftraining: Treffpunkt Freibad-Kasse ab 16.30 Uhr						
	17.45 - 19.00		Bahn 1					
	18:00 - 19:15	Bahn 2						
Samstag	10.00 - 12.00	Bahn 1						
Sonntag	18:15 - 19:15	Bahn 1						Bahn 1

Gruppen: WK 1: Wettkampfgruppe 1 WK 3: Wettkampfgruppe 3 N 5: Nachwuchsgruppe 5 J/MWK: Junioren/Masters WK
 WK 2: Wettkampfgruppe 2 N 4: Nachwuchsgruppe 4 BS: Breitensportgruppe TR: Triathlongruppe

Schnuppertraining für Neueinsteiger: Freitag zu den Trainingszeiten der Nachwuchsgruppe N 5 (Voraussetzung: mind. 2 Bahnen in Brust/Freistil schwimmen)

Hinweise zum Training:

Treffpunkt für das Schwimm-Training für alle Gruppen ist immer am Eingang zum aquatherm 10 Minuten vor Trainingsbeginn. Angesichts der besonderen Situation wird gebeten, bereits in Schwimmkleidung zum Training zu Kommen!