

Montag – Trainingsübersicht

Uhrzeit	Training	Details	Dauer	Einlass
16:15 – 17:00 Uhr	Kindertraining	Bahn 4-5	45 Minuten	16:00 Uhr
17:00 – 17:40 Uhr	Schwimmkurs 1	Bahn 5	40 Minuten	16:50 Uhr
17:00 – 17:45 Uhr	Kindertraining	Bahn 1–4	45 Minuten	16:50 Uhr
17:15 – 17:45 Uhr	Sprungtraining – Jugend	Sprungbecken	30 Minuten	17:00 Uhr
17:30 – 18:10 Uhr	Schwimmkurs 2	kl. Becken + Bahn 5	40 Minuten	17:20 Uhr
17:45 – 18:45 Uhr	Jugendtraining	Bahn 2-4	60 Minuten	17:30 Uhr
18:00 – 18:40 Uhr	Schwimmkurs 3	kl. Becken + Bahn 5	40 Minuten	17:50 Uhr
18:15 – 19:00 Uhr	Sprungtraining – Aktive	Sprungbecken	45 Minuten	selbstständig ab 18:10 Uhr
18:45 – 19:00 Uhr	Rüstzeit	Material aufräumen & Schwimmkurskinder duschen und zur Umkleide bringen		
19:00 – 20:00 Uhr	Aktiventraining	Bahn 3-5	60 Minuten	selbstständig ab 18:45 Uhr