



trainingsplan | winter 2011

montag

16.30 – 17.15 Uhr	Schwimmen mit Muslima Oktober bis Dezember	Kaywaldschule Lauffen	Moni
16.30 – 17.15 Uhr	Anfänger Januar bis Mai	Kaywaldschule Lauffen	Moni
18.15 – 19.00 Uhr	Kaulquappen, Frösche	Schwimmhalle Brackenheim	Sabrina
18.15 – 19.00 Uhr	Fische, Seesterne	Schwimmhalle Brackenheim	Ute/Moni
19.15 – 20.00 Uhr	Aquafitness für Fortgeschrittene	Schwimmhalle Brackenheim	Moni

dienstag

17.00 – 17.45 Uhr	Anfängerkurs Oktober bis Dezember	Kaywaldschule Lauffen	Geli/Moni
17.00 – 17.45 Uhr	Kinder Aufbaukurs Januar bis Mai	Kaywaldschule Lauffen	Geli/Moni
18.00 – 18.45 Uhr	Eltern-Kind-Schwimmen	Kaywaldschule Lauffen	Moni
19.00 – 19.45 Uhr	Rückenpower	Kaywaldschule Lauffen	Moni
20.00 – 20.45 Uhr	Aquapower	Kaywaldschule Lauffen	Moni

mittwoch

Training nach Vereinbarung

donnerstag

15.00 – 15.45 Uhr	Babyschwimmen	Kaywaldschule Lauffen	Moni
16.00 – 16.45 Uhr	Kindergarten-Kinder	Kaywaldschule Lauffen	Andrea/Moni
17.00 – 17.45 Uhr	Schwimmen mit Muslima I Januar bis April	Kaywaldschule Lauffen	Andrea/Moni
18.00 – 18.45 Uhr	Eltern-Kind-Schwimmen III Januar bis April	Kaywaldschule Lauffen	Andrea/Moni
19.30 – 20.30 Uhr	Stil-Technik-Training (wöchentl. im Wechsel, s. Fr.)	Hallenbad Beilstein/Soleo HN	Moni

freitag

15.00 – 15.45 Uhr	Eltern-Kind-Schwimmen	Kaywaldschule Lauffen	Moni
16.00 – 16.45 Uhr	Nemos	Kaywaldschule Lauffen	Ute/Moni
19.30 – 20.30 Uhr	Stil-Technik-Training (wöchentl. im Wechsel, s. Do.)	Hallenbad Beilstein/Soleo HN	Moni

Gerne sind wir auch bereit individuelles und maßgeschneidertes Einzeltraining für Sie anzubieten. Profitieren Sie von unserer Kompetenz und werden Sie individuell von einem unserer erfahrenen SVL-Trainer betreut. Melden Sie sich einfach an unter info@sv-lauffen.de!

Haben Sie Fragen zum Trainingsplan? – Schreiben Sie uns: info@sv-lauffen.de