

Trainingsplan Sommer 2019

Montag

19:45 – 20:30 Uhr Laufftreff Aquajogging, SB, Start 20.05.

Leitung: Moni

Dienstag

18:00 – 18:30 Uhr Nemos und Seesterne, SB, Start 21.05.

Leitung: Moni, Martina, Anke

18:45 – 19:30 Uhr Fische und Frösche, SB, Start 21.05.

Leitung: Moni, Anke

19:45 – 20:30 Uhr Rückenpower, SB, Start 21.05.

Leitung: Moni

Donnerstag

15:00 – 15:45 Uhr Babyschwimmen, Kaywaldschule Start 09.05.

Leitung: Moni

16:00 – 16:45 Uhr Kinderaufbaukurs, Kaywaldschule Start 09.05.

Leitung: Moni, Martina

19:45 – 20:30 Uhr Rückenpower, SB, Start 23.05.

Leitung: Moni

Freitag

19:45 – 20:30 Uhr Stil-Technikgruppe, SB, Start 24.05.

Leitung: Moni

*SB – Schwimmerbecken

*MB – Multibecken

*Springer - Springerbereich

Trainingsplan download:

