

Trainingsplan

Januar - Juni 2011

<i>Hallenbad</i>	19.01.2011	26.01.2011	02.02.2011	09.02.2011
19.45 - 20.30	Anita	Anita	Anita	Steffi
Trainingsart	Technik	Rettungsgeräte	Kleider	Flossen
<i>Hallenbad</i>	16.02.2011	23.02.2011	02.03.2011	09.03.2011
19.45 - 20.30	Alexander	Bernd	Thorsten	Alle
Trainingsart	Rettungsschwimmen	Tauchen	Ausdauer	Heringessen
<i>Hallenbad</i>	16.03.2011	23.03.2011	30.03.2011	06.04.2011
19.45 - 20.30	Yara	Tobias M.	Tatjana	Tobias S.
Trainingsart	Technik	Ausdauer	Flossen	Rettungsschwimmen
<i>Hallenbad</i>	13.04.2011	20.04.2011	27.04.2011	04.05.2011
19.45 - 20.30	Bernd	Osterferien	Osterferien	Benny
Trainingsart	Tauchen	Freies Schwimmen/Wasserball	Freies Schwimmen	Kleider
<i>Freibad</i>	11.05.2011	18.05.2011	25.05.2011	01.06.2011
19.00 - 19.45		Anita	Benny	
Trainingsart	Technik	Ausdauer	Flossen	Rettungsschwimmen
<i>Feibad</i>	08.06.2011	15.06.2011	22.06.2011	28.06.2011
19.00 - 19.45	Alexander	Bernd	Spiele	Ferien
Trainingsart	Rettungsgeräte	Tauchen mit Flossen	Doggi etc.	Freies Schwimmen

Trainingsplan

Januar - Juni 2011