



Montag **Lehrschwimmbecken Langschede**

Breitensportschwimmen		
19:00 bis 20:00	Breitensportgruppe w	(interessierte Damen ab 14 Jahren)
	Nici Neu	
20:00 bis 21:00	Ü 30	
	Jörg Resche	

Dienstag **Lehrschwimmbecken Langschede**

Wettkampfgruppen und Technikschiulung		
16:00 bis 16:45	Aquafitness	
	Bettina Hagemann	
16:45 bis 17:15	Technikschiulung	Brustschwimmen
	Dirk Siebert/Janes Hunke/Vanessa Schumann/Lena Freidank/Timmy Guerra	
17:15 bis 17:45	Technikschiulung	Kraulschwimmen
	Dirk Siebert/Janes Hunke/Vanessa Schumann/Lena Freidank/Timmy Guerra	
17:45 bis 18:30	Technik	Technik
	Dirk Siebert/Janes Hunke/Vanessa Schumann/Lena Freidank/Timmy Guerra	
18:30 bis 19:15	AK 12 w	AK 10 m
	Werner Sander/Vanessa Schumann	Silke Ernst
19:15 bis 20:00	AK 13 / 14 w	AK 13 – 16 m
	Nici Neu	Vanessa Schulte/Janes Hunke
20:00 bis 21:00	Training für Trainer	
	Werner Sander	

Mittwoch **Lehrschwimmbecken Langschede**

Frühschwimmausbildung	
16.30 bis 17.00	Kurssystem
17.00 bis 17.30	Kurssystem
17.30 bis 18.00	Kurssystem
18.00 bis 18.45	Kurssystem
	Birgit Siebert
19:00 bis 20:00	AK offen w
	Jörg Resche
20:00 bis 21:00	AK offen m
	Marco Stoltefuß

Donnerstag **Lehrschwimmbecken Langschede**

19.00 bis 21.00	Power-Aquafitness
	Elke Nötting/Silke Ernst/Dagmar Gutöhrlein/Lea Nötting