



Montag **Lehrschwimmbecken Langschede**

Breitensportschwimmen		
19:00 bis 20:00	OG Fröndenberg	
20:00 bis 21:00	Breitensport Damen ab 14	AK 15/16
	Hanna Hasenkamp	Jens Wetzstein

Dienstag **Lehrschwimmbecken Langschede**

Wettkampfgruppen und Technikschiulung		
16:00 bis 17:30	Aquafitness	
	Bettina Hagemann	
17:30 bis 18:15	Gruppe 1	
	Vanessa Schumann und Team	
18:15 bis 19:00	Gruppe 2	
	Vanessa Schumann und Team	
19:00 bis 19:45	Bis AK 12	AK 10 bis 12
	Lena Freidank	Vanessa Schumann, Julia Sens
19:45 bis 21:00	Offenes Schwimmen	
	Claudia Isenberg	

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	
18.45 bis 19.45	OG Fröndenberg	AK 12 / 14 m,w
		Werner Sander/Claudia Isenberg
19.45 bis 20.30	AK offen m	
	Matthias Petsch	

Donnerstag **Lehrschwimmbecken Langschede**

19.00 bis 21.00	Power-Aquafitness	
	Silke Ernst/Nicole Willner/Nicole Kleine/Edeltraud Rick	