

Trainingsplan 1. Hälfte 2026

Datum	Zeit	Ort	Leiter	Thema
24. Dez 25. bis 07. Jan 26				Weihnachts-Ferien
14. Jan 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Carina	Aufsichtspflicht
21. Jan 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Jonas	Spinboard
28. Jan 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Silke	Stilschwimmen
4. Feb 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Ralph	Rettungsschwimmen / BLS-AED
11. Feb 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Kirill	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
18. Feb 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Michael	Spineboard
25. Feb 26	19.00 - 22.00	Whatsapp *	Fabian	Bowling
21. Feb - 08. Mär 26				Sportferien
11. Mär 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Kirill	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
18. Mär 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Franziska	Kondition
25. Mär 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Fabian	Fallbeispiele
1. Apr 26	19.45 - 21.15	Turnhalle	Kirill	Turnen
8. Apr 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Carina	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
15. Apr 26	19.45 - 21.15	Hallenbad	Thomas	Instruktionen Badewache
22. Apr 26	19.00 - 21.30	Whatsapp *	Fabian	Strandbad einrichten
25. Apr - 10. Mai 26				Frühlingsferien
13. Mai 26	19.45 - 21.15	Haba / See *	Michael	Ertrinken - Tauchen
20. Mai 26	19.45 - 21.15	Haba / See *	Carina	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
27. Mai 26	19.00 - 21.45	Whatsapp *	Fabian	Badwachübung
3. Jun 26	19.45 - 21.15	See	Fabian	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
10. Jun 26	19.45 - 21.15	See	Fabian	See Rettungs- / Transportgriffe / Gelbe Bretter
17. Jun 26	19.30 - 21.00	See *	Fabian	WK See 1. Teil
24. Jun 26	19.30 - 21.00	See *	Fabian	WK See 2. Teil
1. Jul 26	19.45 - 21.15	See	Silke	Kettentauchen / RFT
04. Jul - 19. Aug 26 *				Sommerferien
8. Jul 26	19.00 - 21.00	Whatsapp *	Fabian	Flustraining
22. Jul 26	19.00 - 21.00	See*	Fabian	Aktivtraining mit Oldies

* Weitere Informationen folgen zur gegebenen Zeit per Whatsapp Gruppenchat

* Ob das Training im See (Temperaturen) stattfindet, wird mindestens 6 Stunden vor Beginn via Chat bekanntgegeben

* Um den See FK erfolgreich abzuschliessen müssen beide Kurstage besucht werden (03. und 10.06.2026). Für die Teilnahme am Kurs muss dieser Vorgängig über <https://ausbildung.slrq.ch> gebucht werden.

* Während den Sommerferien findet kein regelmässiges Training statt. Das Training wird nur durchgeführt, wenn im Whatsapp Gruppenchat genügend anmeldungen gemacht wurden. Weitere Informationen folgen zur gegebenen Zeit per Whatsapp Gruppenchat