

## Trainingsplan 2. Hälfte 2023

Datum	Zeit	Ort	Leiter	Thema
<b>08. Jul bis 11. Aug</b>				
				<b>Sommerferien</b>
16. Aug 23	19.45 - 21.15	See	Franziska	SM Training
23. Aug 23	19.45 - 21.15	See	Fabian	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
30. Aug 23	19.45 - 21.15	See	Marvin	Kondition
6. Sep 23	19.45 - 21.15	Haba/See *	Aline	Kettentauchen / RFT
13. Sep 23	19.45 - 21.15	Haba *	Marvin	Turnen
20. Sep 23	18.45 - 21.15	See *	Marvin	Strandbad Aufräumen
27. Sep 23	19.45 - 21.15	Haba	Michael	BLS-AED unter Belastung & Fallbeispiele
4. Okt 23	19.00 - 21.30	Haba *	Marvin	Bowling-Abend in Center Niederurnen
<b>30. Sept bis 15. Okt</b>				
				<b>Herbstferien</b>
18. Okt 23	19.45 - 21.15	Haba	Carina	Kleiderschwimmen / Aus dem Wasser bringen
25. Okt 23	19.45 - 21.15	Haba	Fabian	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
1. Nov 23				<b>Kein Training bzw. Allerheiligen</b>
8. Nov 23	19.00 - 21.15	Haba	Marvin	Clubmeisterschaften 1. Teil
15. Nov 23	19.45 - 21.15	Haba	Marvin	Clubmeisterschaften 2. Teil
22. Nov 23	19.45 - 21.15	Haba	Fabian	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
29. Nov 23	19.00 - 21.30	Haba	Michael	Hypothermie/Spineboard
6. Dez 23	19.00 - 21.00	Haba *	Marvin/Leandra	Samichlaus
13. Dez 23	19.45 - 21.15	Haba	Fabian	Stilschwimmen
20. Dez 23	19.45 - 21.15	Haba	Aline	Spiele
<b>23. Dez 2023 - 07. Jan 2024</b>				
				<b>Weihnachtsferien</b>

\* Weitere Informationen folgen zur gegebenen Zeit per Mail oder Whatsapp Gruppenchat

\* Ob das Training im See (Temperaturen) stattfindet, wird mindestens 2 Stunden vor Beginn via Chat bekanntgegeben