

Trainingsplan 1. Hälfte 2025

Datum	Zeit	Ort	Leiter	Thema
21. Dez 24. bis 05. Jan 25				Weihnachts-Ferien
8. Jan 25	19.45 - 21.15	Hallenbad	Dina	Kondition
15. Jan 25	19.45 - 21.15	Hallenbad	Franziska	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
22. Jan 25	19.45 - 21.15	Hallenbad	Kirill	Spiele
29. Jan 25	19.45 - 21.15	Hallenbad	Dina	Stilschwimmen
5. Feb 25	19.45 - 21.15	Hallenbad	Ralph	Rettungsschwimmen / BLS-AED
12. Feb 25	19.45 - 21.15	Hallenbad	Kirill	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
19. Feb 25	19.45 - 21.15	Hallenbad	Michi	Spineboard / Rettungsbrett
26. Feb 25	19.00 - 22.00	Whatsapp *	Fabian	Bowling
22. Feb - 09. Mär 25				Sportferien
12. Mär 25	19.00 - 21.15	offen / Whatsapp *	Fabian	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
19. Mär 25	19.00 - 21.15	offen / Whatsapp *	Fabian	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
26. Mär 25	19.45 - 21.15	Hallenbad	Fabian	Fallbeispiele
2. Apr 25	19.00 - 21.15	Whatsapp *	Kirill	Turnen
9. Apr 25	19.45 - 21.15	Hallenbad	Aline	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
16. Apr 25	19.45 - 21.15	Hallenbad	Thomas	Instruktionen Badewache
23. Apr 25	19.00 - 21.30	Whatsapp *	Fabian	Strandbad einrichten
26. Apr - 11. Mai 25				Frühlingsferien
14. Mai 25	19.45 - 21.15	Haba / See *	Michi	Ertrinken - Tauchen
21. Mai 25	19.00 - 21.45	Whatsapp *	Fabian	Badwachübung
28. Mai 25	19.45 - 21.15	Haba / See *	Carina	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
4. Jun 25	19.30 - 21.00	See *	Aline	WK See. 1. Teil
11. Jun 25	19.30 - 21.00	See *	Aline	WK See. 2. Teil
18. Jun 25	19.45 - 21.15	See	Franziska	Kettentauchen / RFT
25. Jun 25	19.45 - 21.15	See	Fabian	See Rettungs- / Transportgriffe / Gelbe Bretter
2. Jul 25	19.45 - 21.15	See	Carina	Thema völlig frei wählbar durch Trainingsleiter
06. Jul - 11. Aug 25 *				Sommerferien

* 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 (04. und 11.06.2025). Für die Teilnahme am Kurs muss dieser Vorgängig über <https://ausbildung.slrgr.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