



Ihre Rettungsschwimmer



Trainingsplan Jugendgruppe

Datum	Ort	Thema	Leiter
03. Februar	Hallenbad	Rettungsmittel	Simona, Saskia
10. Februar	Hallenbad	RFT	Michael, Saskia
17. Februar	Hallenbad	Kondition	Simona, Saskia
24. Februar	Hallenbad	Spiele	Leandra, Simona
16. März	Hallenbad	Stafetten	Michael, Saskia
17. März	Hallenbad	Stafetten	Levin, Saskia
23. März	Hallenbad	Kleiderschwimmen	Michael, Leandra
24. März	Hallenbad	Kleiderschwimmen	Simona, Saskia
30. März	Hallenbad	Erste Hilfe	Leandra, Saskia
31. März	Hallenbad	Erste Hilfe	Levin, Saskia

Trainingszeiten:

Donnerstag: 1. Gruppe von 18.30 – 19.30Uhr

Alter: 7 - 10 Jahre

2. Gruppe von 19.30 – 20.30Uhr

Alter: 10-12 Jahre

Mittwoch: 3. Gruppe von 18.45 – 19.45Uhr

Alter: 12-14 Jahre