



# Trainingsplan Jugendgruppe

Gruppe 1: Donnerstag von 18.30 – 19:30 Uhr

Alter: 7 – 9 Jahre

Gruppe 2: Donnerstag von 19.30 – 20.30 Uhr

Alter: 10 – 12 Jahre

Datum	Ort	Thema	Leiter
<b>15. August</b>		<b>Kein Training</b>	
22. August	See/ Hallenbad		Dina, Leandra, Thomas
29. August	See/ Hallenbad	Stafetten	Leandra, (Dina)
05. September	See/ Hallenbad	Erste Hilfe	Saskia, Thomas, Leandra
12. September	Hallenbad	Rettungsgriffe	Thomas, Dina
19. September	Hallenbad	Stillschwimmen	Leandra, Thomas
26. September	Hallenbad	Spiele	Dina, Saskia
<b>27. September</b>	<b>Alpamare 18 Uhr – 22 Uhr (Infos folgen)</b>		<b>Leandra, Simona, Kirill, Anna, Carina, Thomas, Saskia (Dina)</b>

Herbstferien: 28. September 2024 – 13. Oktober 2024

17. Oktober	Hallenbad	BLS/AED	Saskia, Leandra
24. Oktober	Hallenbad	RFT	Simona, Leandra
<b>31. Oktober</b>	<b>Hallenbad</b>	<b>Kein Training</b>	
07. November	Hallenbad	Kleiderschwimmen	Leandra, Saskia
14. November	Hallenbad	Clubmeisterschaften Teil 1	Leandra, Thomas
<b>17. November</b>	<b>Hallenbad</b>	<b>Jugendbrevet</b>	
21. November	Hallenbad	Clubmeisterschaften Teil 2	Leandra, Saskia
28. November	Hallenbad	Stafetten	Thomas, Simona
04. Dezember		Chlausabend (Infos folgen)	Simona, Leandra, Carina, Thomas
<b>05. Dezember</b>	<b>Hallenbad</b>	<b>Kein Training</b>	
12. Dezember	Hallenbad	Erste Hilfe	Saskia, Dina
19. Dezember	Hallenbad	Weihnachtstraining	Leandra, Simona

Weihnachtsferien: 21. Dezember 2024 – 6. Januar 2025



# Trainingsplan Jugendgruppe

Gruppe 3: Mittwoch von 18.45 – 19.45

Alter: 12 – 15

Datum	Ort	Thema	Leiter
<b>14. August</b>		<b>Kein Training</b>	
21. August	See	Kondition	Kirill, Carina, Simona
28. August	See	Stafetten	Simona, Anna, Carina
04. September	See	freiwählbar	Carina, Kirill, Dina
11. September	Hallenbad	Rettungsgriffe	Simona, Carina
18. September	Hallenbad	Stilschwimmen	Anna, Kirill
25. September	Hallenbad	Spiele	Kirill, Simona
<b>27. September</b>	<b>Alpamare 18 Uhr – 22 Uhr</b>		<b>Leandra, Simona, Kirill, Anna, Carina, Thomas, Saskia (Dina)</b>

Herbstferien: 28. September 2024 – 13. Oktober 2024

16. Oktober	Hallenbad	BLS/AED	Carina, Kirill
23. Oktober	Hallenbad	RFT	Thomas, Carina
<b>30. Oktober</b>	<b>Hallenbad</b>	<b>Halloween-Special</b>	<b>Kirill, Dina, (Leandra)</b>
06. November	Hallenbad	Kleiderschwimmen	Thomas, Anna
13. November	Hallenbad	Clubmeisterschaften Teil 1	Kirill, Simona
20. November	Hallenbad	Clubmeisterschaften Teil 2	Kirill, Carina
27. November	Hallenbad	Stafetten	Carina, Dina
04. Dezember	Hallenbad	Chlausabend (Infos folgen)	Simona, Leandra, Carina, Thomas
11. Dezember	Hallenbad	Erste Hilfe	Leandra, Kirill
18. Dezember	Hallenbad	Weihnachtstraining	Kirill, Thomas

Weihnachtsferien: 21. Dezember 2024 – 6. Januar 2025