



Trainingsplan September 2018

im Freibad Epe gültig: 03.09.2018 (Mo.) bis 28.09.2018 (Fr.)

Montag	Dienstag	Donnerstag	Freitag	Samstag
<p>17:00 – 18:00 Uhr <u>Schwimmen</u> (Anfänger, 2 Bahnen) Birgitt Arends, Jule Arends Merrel de Bruijn, Birte Steinacker, Marie Tuband, Kim Wehmeyer, Fabienne Kühlkamp</p> <hr/> <p>18:00 – 19:00 Uhr <u>Schwimmen – 4 Bahnen</u> (Anfänger- u. Wettkampfgruppe) Monika Klümper, Merrel de Bruijn, Andrea Buss, Fabienne Kühlkamp, Timea Voss, Doreen Averteck, Wiltrud Frericks, Marie Tuband, Kim Wehmeyer, David Nienhues</p> <hr/> <p>19:00 – 20:45 Uhr <u>Wasserball Jugend</u> Peter Rabaschus Pascal Tuband</p> <hr/> <p>19:30 – 20:15 Uhr <u>Senioren(innen) Schw./Gymn.</u> Elfriede Kottig</p>	<p>19:00 – 20:00 Uhr <u>Schwimmen</u> <u>Jugend + Masters</u> Sebastian Eichner</p> <hr/> <p>19:00 – 20:45 Uhr <u>Wasserball Herren</u> Daniel Voss, Iris Meyer</p>	<p>18:30 – 19:40 Uhr <u>Schwimmen - 3 Bahnen</u> <u>Wettkampf-Gruppe</u> Peter Rabaschus Vanessa Mehwald</p> <hr/> <p>19:40 – 20:45 Uhr <u>Wasserball</u> <u>Jugend</u> Peter Rabaschus Pascal Tuband</p> <hr/> <p>19:15 – 20:45 Uhr <u>Wasserball</u> <u>Herren und Frauen</u> Iris Meyer Daniel Voss</p>	<p>19:00 – 20:30 Uhr <u>Schwimmen</u> <u>Wettkampf-Gruppe</u> Peter Rabaschus Vanessa Mehwald</p> <hr/> <p>19:40 – 20:30 Uhr <u>Freies Schwimmen für</u> <u>Vereinsmitglieder</u> Peter Rabaschus Vanessa Mehwald</p>	<p>17:30 – 18:40 Uhr <u>Teddy-Schwimmen</u> + Schwimmen alle <u>Gruppen</u> Sebastian Eichner</p>

Je nach Lichtverhältnissen geht das Training bis 20.00 Uhr bzw. 20.15 Uhr.

Montags: Einsatz der Trainer/innen und Betreuer/innen je nach Bedarf und Absprache.