



Trainingsplan Wintersaison 2018/2019

im Hallenbad Gronau - ab Montag, 01.10.2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
<p>17:00–18:00 Uhr <i>Schwimmen (Anfänger)</i> (3 Bahnen) Birgitt Arends Jana Arends, Jule Arends Merrel de Bruijn, Birte Steinacker, Marie Tuband, Kim Wehmeyer</p> <p>18:00–19:00 Uhr <i>Schwimmen (Anfänger)</i> (1 Bahn) Merrel de Bruijn Monika Klümper Fabienne Kühlkamp</p> <p>Schwimmen (2 Bahnen) Doreen Averbek Andreas Kühlkamp Marie Tuband Kim Wehmeyer</p> <p>Wettkampf-Gruppe (2 Bahnen) Wiltrud Frericks Andrea Buss David Nienhues</p>	<p>18:45–21:00 Uhr Wasserball Jugend Peter Rabaschus Pascal Tuband Dennis Niehoff</p> <p>19.00 – 20.00 Uhr Lehrschwimmbecken <i>Senioren(innen)</i> <i>(Schwimmen/Wassergymnastik)</i> Elfriede Kottig</p> <p>Lehrschwimmbecken 17.00 – 20.00h</p>	<p>19:30– 20:30 Uhr (3 Bahnen) <i>Schwimmen</i> Jugend + Masters Sebastian Eichner</p> <p>19:30–22:00 Uhr <i>Jugend/Herren</i> <i>Mädchen</i> <i>und Jungen</i> <i>Wasserball</i> Iris Meyer Daniel Voss</p> <p>Lehrschwimmbecken 19.30 – 22.00h</p>	<p>15:15–16:15 Uhr <i>Schwimmen</i> Wettkampfgruppe (1 Bahn) Peter Rabaschus</p> <p>16:00–17:00 Uhr <i>Schwimmen</i> (1 Bahn) Wettkampfgruppe Peter Rabaschus</p> <p>20:40–22:00 Uhr <i>Wasserball Herren/</i> <i>Frauen</i> Iris Meyer Josi Huke Daniel Voss</p>	<p>15:15–16:15 Uhr <i>Schwimmen</i> Wettkampfgruppe (1 Bahn) Peter Rabaschus</p> <p>16:00–17:00 Uhr <i>Schwimmen</i> (1 Bahn) Wettkampfgruppe Peter Rabaschus</p> <p>20:40–22:00 Uhr <i>Wasserball Herren/</i> <i>Frauen</i> Iris Meyer Josi Huke Daniel Voss</p>	<p>19:15–20:15 Uhr (LSB) <i>Teddy-Schwimmen</i> <i>Kinder 5-10 Jahre</i> Sebastian Eichner Kira Choinski</p> <p>19:15–20:30 Uhr <i>Schwimmen</i> (4 Bahnen) Wettkampfgruppe Peter Rabaschus Anne Wobbe</p> <p>19:15–20:30 Uhr (1 Bahn) <i>Schwimmen Masters/</i> Wettkampfgruppe Peter Rabaschus</p> <p>20:30–22:00 Uhr <i>Freies Schwimmen</i> <i>für</i> <i>Vereinsmitglieder</i> Sebastian Eichner Peter Rabaschus</p> <p>Lehrschwimmbecken: 19.15 – 20.30h</p>	<p>17:40–18:40 Uhr (3 Bahnen) Wasserball Jugend Peter Rabaschus Anne Wobbe</p> <p>17:40–18:40 Uhr (2 Bahnen) <i>Schwimmen</i> <i>Masters</i> Peter Rabaschus Anne Wobbe</p> <p>Lehrschwimmbecken: 17.40 – 18.40h</p>