



Trainingsplan Wintersaison 2019/2020

im Hallenbad Gronau - ab Dienstag, 01.10.2019

Montag		Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<p>17:00–18:00 Uhr <i>Schwimmen (Anfänger)</i> Bahn 1: Birgitt Arends, Merrel de Bruijn, Jana Arends, Jule Arends Bahn 2: Marie Tuband, Kim Wehmeyer, Fabienne Kühlkamp, Jan Wehmeyer</p> <p>18:00-19:00 Uhr <i>Schwimmen (Anfänger)</i> Bahn 1 Merrel de Bruijn Monika Klümper Fabienne Kühlkamp Jan Wehmeyer</p> <p>Schwimmen Bahn 2 und 3: Doreen Averbeck, Andrea Buss, Andrea Kühlkamp, Marie Tuband, Kim Wehmeyer</p> <p>Wettkampf-Gruppe Bahn 4 und 5: Wiltrud Frericks, Andrea Buss, David Nienhues, Lars Ruhne</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 (2-3 Bahnen, je nach Verfügbarkeit) <i>Schwimmen</i> Jugend + Masters Sebastian Eichner</p> <p>19:30-22:00 Uhr Jugend/Herren Mädchen und Jungen <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>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/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</p> <p>19:15–20:15 Uhr <i>Schwimmen</i> (5 Bahnen) Wettkampfgruppe Peter Rabaschus Anne Wobbe Vanessa Mehwald</p> <p>20:15–22:00 Uhr <i>Schwimmen</i> <i>Masters/Freies</i> <i>Schwimmen für Vereinsmitglieder</i> Sebastian Eichner Peter Rabaschus</p> <p>Lehrschwimmbecken: 19.15 – 20.30h</p>	<p>17:40–18:40 Uhr (2 Bahnen) <i>Wasserball Jugend</i> Peter Rabaschus Anne Wobbe</p> <p>17:40–18:40 Uhr (1 Bahn) KidsCup-Team 2020 (2011 u. jünger) Peter Rabaschus Kim Wehmeyer</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>