

Wann		Gruppe	Beschreibung	Ziele		Abzeichen	Trainer
Dienstag	19:00 - 20:00 Uhr	Training nach Plan	Ergänzendes Training ohne Gruppen. Nur für Teilnehmer einer Donnerstags-Gruppe.	Vertiefung der Fähigkeiten	DSA DRSA	Crhistoh D.	
Donnerstag	17:30 - 18:00 Uhr	Eltern-Kind	Kinder ab 3 Jahren in Begleitung eines Elternteils. Spielerischer Einstieg ins kühle Nass.	Wassergewöhnung	Seepferdchen	Tine S. Susanne S. Sarah R. Nasi B.	
				Wasserbewältigung			
				Anfänge des Brustschwimmens			
		Minis	Für Kinder <u>nach dem Schwimmkurs</u> . Vertiefung der Kenntnisse im Brustschwimmen, Tauchen und Wasserspiele.	Brustschwimmen	DSA Bronze	Joshua M.	
				Rückenschwimmen			
				Kraulbeinschlag			
	18:00 - 19:00 Uhr	Krebse	Aufbaugruppe Minis. Sicheres Brust- und Rückenschwimmen. Hauptziel dieser Gruppe ist das Erlernen des Kraulschwimmens.	Kraulschwimmen	DAS Bronze DSA Silber	Joshua M. Lukas G. Martha D.	
				Startsprung			
				Tauchen			
		Fische	Aufbaugruppe Anfänger. Vertiefung der Grundschwimmarten Brust, Kraul und Rücken. Neben dem Startsprung werden auch die Brust- und die Rollwende vermittelt.	Vertiefung der Grundschwimmarten	DSA Silber DSA Gold	Marcel L. Leonie L.	
				Brust- und Rollwende			
	19:00 - 20:00 Uhr	offene Jugend	Rettungsschwimmer. Ausdauertraining, Rettungsübungen., Stafeltraining, Wettkampftraining.	Rettungsschwimmer	DRSA	Timo B.	
				Weit- und Tieftauchen Schmetterling, Puppenschwimmen			
		Triathleten	Für Hobby-Triathleten und alle, die es werden wollen. Im Rahmen dieser Gruppe kann das Kraulschwimmen erlernt werden.	Techniktraining Kraulschwimmen	-	Steffen B.	
		Erwachsene	Bei Bedarf kann das Kraulschwimmen in dieser Gruppe erlernt werden. Ausdauertraining, Verbesserung der Technik und Abzeichentraining.	Kraulschwimmen Rettungsschwimmen	DSA DRSA	Christoph D.	
nach Vereinbarung		Kurse	Rettungsschwimmabzeichen				Christoph und Team