

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	Nico K.
Donnerstag	17:30 - 18:00 Uhr	Eltern-Kind	Kinder ab 3 Jahren in Begleitung eines Elternteils. Spielerischer Einstieg ins kühle Nass.	Wassergewöhnung Wasserbewältigung Anfänge des Brustschwimmens	Seepferdchen	Tine S. Susanne S. Sarah R. Nasi B.
		Minis	Für Kinder <u>nach dem Schwimmkurs.</u> Vertiefung der Kenntnisse im Brustschwimmen, Tauchen und Wasserspiele.	Brustschwimmen Rückenschwimmen Kraulbeinschlag	DSA Bronze	Joshua M.
	18:00 - 19:00 Uhr	Krebse	Aufbaugruppe Minis. Sicheres Brust- und Rückenschwimmen. Hauptziel dieser Gruppe ist das Erlernen des Kraulschwimmens.	Kraulschwimmen Startsprung Tauchen	DAS Bronze DSA Silber	Joshua M. Martha D.
		Fische	Aufbaugruppe Anfänger. Vertiefung der Grundschwimmarten Brust, Kraul und Rücken. Neben dem Startsprung werden auch die Brust- und die Rollwende vermittelt.	Vertiefung der Grundschwimmarten Brust- und Rollwende	DSA Silber DSA Gold	Marcel L. Leonie L.
		offene Jugend	Rettungsschwimmer. Ausdauertraining, Rettungsübungen., Staffeltraining, Wettkampftraining.	Rettungsschwimmer Weit- und Tieftauchen Schmetterling, Puppenschwimmen	DRSA	Joshua M.
	19:00 - 20:00 Uhr	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	