



Trainingszeiten

Hallenbadsaison 2025/26

Trainingsbeginn am 29. September, **Nur Wasserzeiten** – Einlass und Aufwärmen vorher, Start der Schwimmkurse nach gesonderter Information

		Kurs	Bahn/ Ort	Trainer / Aufsicht
Montag	16:00 - 17:00	Schwimmteens	1,2	Helmut, Moritz
		Schwimmkurs 1	NS-3/4	Silke, Malia, Lino
		Schwimmkurs 2	NS-5/6	Zoe, Lasse
	17:00 - 17:45	Schwimmkids Mo	1,2	Dawid, Zoe
	17:00 - 17:45	Jugend B	5,4	Silke, Jessi
	17:00 - 18:45	WK2	3,4	Helmut, Moritz
	17:45 - 18:45	Jugend A	5	Helmut
	17:00 - 17:30	WK1 - Top Team	KR	Simon
	17:45 - 19:15	WK1 - Top Team	1-3	Simon
	18:45 - 19:45	Jugendschwimmer	5	Steffen
	18:45 - 19:15	Freizeitmasters/Senioren	4	Freies Schwimmen
	19:15 - 21:15	Wettkampfmasters	1-2	Jürgen
		Nutzung nach Auslastung	3	Jürgen / Franz
	19:15 - 20:45	Breitensport und Triathlon	4,5	Franz
Mittwoch	16:00 - 16:45	Schwimmkurs 3	1,2	Silvia, Birgit
	16:00 - 16:45	Schwimmkurs 4	1,2	Silke, Zoe
	16:00 - 16:45	Schwimmkids+ Mi	4-5	Nicole, Inga
	16:00 - 17:00	Freizeitmasters/Senioren	3	Freies Schwimmen quer
	16:45 - 18:00	Wettkampfgruppe 2	4,5	Nicole
	17:00 - 19:00	WK1 - Top Team	1-3	Armin
	16:45 - 18:00	Laufgruppe & -training	HB	Helmut
	18:00 - 19:00	Wettkampfmasters	4,5	Helmut/Simon
Donnerstag	15:45 - 16:30	Schwimmkurs 5	1,2	Silke, Ruth
	15:45 - 16:30	Schwimmkids Do	3,4,5	Nicole, Lasse
	16:30 - 18:00	Wettkampfgruppe 2	4,5	Nicole
	16:00 - 16:30	Krafttraining Top Team	KR	Simon
	16:30 - 18:00	WK1 - Top Team	1-3	Simon
	20:00 - 21:30	Wettkampfmasters	1-2	Jürgen
		Nutzung nach Auslastung	3	
	20:00 - 21:30	Breitensport und Triathlon	4,5	Franz
Samstag	11:30 - 13:00	Vereinsschwimmen, Schwimmtechnik	1-5	Aufsicht siehe Webseite
Sonntag	10:00 - 12:00	Krafttraining WK1 - Top Team	KR	Simon

NS: Nichtschwimmerbereich Schwimmbecken

KR: Kraftraum Untergeschoss Sporthalle Schillerschule

HB: Eingang Hallenbad Ormessonstr. 3

FR: Friedhof Rohrhof