

Trainingszeiten der Wettkampfgruppen

Wettkampfgruppe 1

Wochentag	Zeiten Hallenbadsaison – Schwerpunkt - Ort	Zeiten Freibadsaison – Schwerpunkt - Ort	Trainer
Montag	-	-	-
Dienstag	18:45-19:00 – HB Grenzach – Erwärmung 19:00-21:00 – HB Grenzach - Schwimmtraining 21:00-21:15 – HB Grenzach - Dehnung	18:00-18:15 – FB Grenzach – Erwärmung 18:15-19:45 – FB Grenzach - Schwimmtraining 19:45-20:00 – FB Grenzach – Dehnung ?	Tanja
Mittwoch	18:45-19:00 – HB Grenzach – Erwärmung 19:00-20:00 – HB Grenzach - Schwimmtraining 20:00-20:15 – HB Grenzach - Dehnung	18:00-18:15 – FB Grenzach – Erwärmung 18:15-19:45 – FB Grenzach - Schwimmtraining 19:45-20:00 – FB Grenzach – Dehnung ?	José
Donnerstag	18:45-19:00 – HB Grenzach – Erwärmung 19:00-20:30 – HB Grenzach - Schwimmtraining 20:30-20:45 – HB Grenzach - Dehnung	18:00-18:15 – FB Grenzach – Erwärmung 18:15-19:45 – FB Grenzach - Schwimmtraining 19:45-20:00 – FB Grenzach – Dehnung ?	José
Freitag	19:45-21:00 – HB Grenzach - Schwimmtraining	18:00-18:15 – FB Grenzach – Erwärmung 18:15-19:45 – FB Grenzach - Schwimmtraining 19:45-20:00 – FB Grenzach – Dehnung ?	José, Folke
Samstag	-	-	-
Sonntag	10:30-12:00 – Kraftwerkstatt Lö-Brombach	10:30-12:00 – Kraftwerkstatt Lö-Brombach	Tomi

Wettkampfgruppe 2

Wochentag	Zeiten Hallenbadsaison – Schwerpunkt - Ort	Zeiten Freibadsaison – Schwerpunkt - Ort	Trainer
Montag	-	-	-
Dienstag	17:45-18:00 – HB Grenzach – Erwärmung 18:00-19:00 – HB Grenzach - Schwimmtraining	18:00-18:15 – FB Grenzach – Erwärmung 18:15-19:15 – FB Grenzach - Schwimmtraining	Tanja
Mittwoch	17:30-17:45 – HB Grenzach – Erwärmung 17:45-19:00 – HB Grenzach - Schwimmtraining	18:00-18:15 – FB Grenzach – Erwärmung 18:15-19:15 – FB Grenzach - Schwimmtraining	Catrin, Paul, Luise
Donnerstag	17:45-18:00 – HB Grenzach – Erwärmung 18:00-19:00 – HB Grenzach - Schwimmtraining	18:00-18:15 – FB Grenzach – Erwärmung 18:15-19:15 – FB Grenzach - Schwimmtraining	Philipp, José
Freitag	18:30-18:40 – HB Grenzach – Erwärmung 18:40-19:40 – HB Grenzach - Schwimmtraining	18:00-18:15 – FB Grenzach – Erwärmung 18:15-19:15 – FB Grenzach - Schwimmtraining	Philipp, Paul, José