

Schwimmen - Kursübersicht 2. Halbjahr 2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09.00 - 10.00						220-21 9.00-9.40 Wassergewöhnung
						220-22 9.40-10.20 Wassergewöhnung
10.00 - 11.00	Baby Schwimmen					220-23 10.20-11.00 Wassergewöhnung
11.00 -12.00						220-24 Anfänger I
12.00 -13.00					12.00-12.45 Aqua jogging	220-25 Anfänger II Kenntnisse
13.00 -						220-26 Fortgeschrittene Seepferd./ Bronze
14.00 -		220-04 Anfänger I/II		220-14 14.30-15.30 Anfänger I / II		220-27 Bronze/Silber
15.00 -	220-01 Anfänger I/II	220-05 Seepferdchen/ Bronze	220-09 Anfänger I	220-15 15.30-16.30 Fortgeschr.		220-28 Gold
16.00 -	220-02 Seepferdchen/Bronze	220-06 Bronze/Silber	220-10 Anfänger II Kenntnisse	220-16 16.30-17.30 Bronze/Silber		Erlebnis-Geburtstag
17.00 -	220-03 Silber/Gold/Techniktraining	220-07 Anfänger II/ Seepferdchen	220-11 Fortgeschr. Seepferdchen/ Bronze	220-17 17.30-18.30 Gold	220-19 Seepferdchen Bronze	Erlebnis-Geburtstag
18.00 -	18.00-18.45 Aqua-Fitness*	220-08 Gold/Leistung	220-12 Bronze/Silber	220-18 18.30-19.30 Schwimmstile Leistung ab Gold	220-20 Silber/Gold	
19.00 -	18.45-19.30 Aqua-Fitness*	19.00-19.35 Aqua-Fitness*	220-13 Gold	19.30-20.30 Damen	19.00-19.45 Aqua Jogging*	
20.00 -	19.30-20.15 Aqua-Fitness*	19.35 - 20.10 Aqua-Fitness*	Rückbildungs- schwimmen*	20.30-21.15 Aqua- Powerzirkel*	19.45-20.30 Aqua Jogging*	
21.00 -	20.15-21.15 Wassergymnastik f. Schwangere*	20.10 - 20.45 Aqua-Fitness*	21.00 - 21.45 Aqua-Fitness*	21.15-22.00 Aqua- Powerzirkel*	20.30-21.15 Aqua Jogging*	
22.00	Schwimmstile Leistung	21.20 - 21.55 Aqua-Fitness*			21.15-22.00 Aqua Jogging*	

Änderungen vorbehalten!

Stand 14.09.2020

* Zu Ablauf und Gruppeneinteilung ggf. bitte Kontakt zur Übungsleiterin aufnehmen!

2. Halbjahr 2020: 19.10.2020 - 30.01.2021

1. Halbjahr 2021: 01.02.2021 - 19.06.2021

!!! in den Schulferien kein Schwimmen !!!

Schwimmhalle:

Grundschule Rammsee, Olendieksbarg 12-14, 24113 Molfsee

Bei Aqua-Fitness, Aqua-Jogging, Aqua-Powerzirkel, Babyschwimmen, Wassergymnastik für Schwangere und Rückbildungsschwimmen: Anmeldungen bitte direkt bei den Übungsleiterinnen

Lehrgangleiter:

Telefon:

Schwimmzeiten:

Helbing, Angelika, Abteilungsleitung
Klare, Andrea

04347 - 70 88 28
04347 - 59 54

Di bis 19.00 h und Do bis 19.30 h
Mi 15.00 - 20.00 h , Do 19.30 - 20.30 h,
Fr 17.00 - 19.00 h

Looft, Kim
Melchert, Ute
Michelsen, Christin
Michelsen, Julia
Michelsen, Martina
Spey, Sabine
Viehweger, Nicola
Warncke, Anett

0174 - 91 43 498
04347 - 99 99 879

0157 - 50 98 97 59
0152 - 53 66 97 35
0431 - 55 09 88 56
0172 - 51 88 228
04347 - 46 68

Sa ab 16.00 h Geburtstage
Mo 20.15 - 21.15 h, Mi 20.00 - 21.45 h
Sa 11.00 - 16.00 h
Mo 15.00 bis 18.00, Sa 9.00 - 11.00 h
Di ab 19.00 h, Do ab 20.30 h, Fr ab 19.00
Mo 10.00 - 11.00 h
Mo 18.00 - 20.15 h
Fr 12.00 - 12.45 h