

Gruppe	Tag	Trainer	Bring&Hol-Zeit	Wasser	Kraft / Stabi / Dehnung / Gym
Masters Masters	Di	Petra	18:45 – 21:15	19:00 – 21:00	
	Do	Petra	19:15 – 21:15	19:30 – 21:00	
Breitensport Breitensport	Mo	Micha	19:45 – 21:15	20:00 – 21:00	
	Mi	Claudia	19:45 – 21:15	20:00 – 21:00	
Aqua Gym	Mo	Carola	17:45 – 19:15	18:00 – 19:00	
1. Mannschaft	Mo	Ingolf	17:30 – 20:15	18:00 – 20:00	17:40 – 17:55
1. Mannschaft	Di	Ralf	17:30 – 20:15	18:30 – 20:00	17:40 – 18:25
1. Mannschaft	Mi	Stefan / Marco	18:45 – 20:15	Krafttraining	
1. Mannschaft	Do	Franz	17:30 – 20:15	18:00 – 20:00	17:40 – 17:55
1. Mannschaft	Fr	Ralf	17:45 – 20:15	18:00 – 20:00	
1. Mannschaft	Sa	Ralf	07:15 – 09:15	07:30 – 09:00	
1. Mannschaft	Sa	Ralf	10:00 - 11:00	Krafttraining	
2. Mannschaft	Di	Sven / Aleks / Lenny	16:45 – 19:15	17:00 – 18:30	18:30 – 18:55
2. Mannschaft	Do	Harry	16:45 – 18:45	17:00 – 18:30	
2. Mannschaft	Fr	Sven / Aleks / Lenny	17:15 – 20:00	18:00 – 20:00	17:25 – 17:55
3. Mannschaft	Di	Sven / Aleks / Lenny	16:45 – 19:15	17:00 – 18:30	18:30 – 18:55
3. Mannschaft	Do	Sam	16:45 – 18:45	17:00 – 18:30	
3. Mannschaft	Fr	Sven / Aleks / Lenny	17:15 – 20:00	18:00 – 20:00	17:25 – 17:55
Nachwuchsmannschaft	Mo	Julia / Andrea	16:45 – 18:45	17:00 – 18:00	
Nachwuchsmannschaft	Mit	Julia / Andrea	17:15 - 19:15	17:30 – 19:00	
Gruppe 4	Mo	Karl & Rosi	16:45 – 18:15	17:00 – 18:00	
1. Breitensportgruppe	Mo	Umberto	18:45 – 20:15	19:00 – 20:00	
1. Breitensportgruppe	Do	Umberto	19:15 - 20:45	19:30 – 20:30	
2. Breitensportgruppe	Do	Umberto	18:15 – 19:45	19:00 – 20:00	
3. Breitensportgruppe	Mo	Karl	17:45 – 19:15	18:00 – 19:00	
R-K-Kurs	Do	Juliane / Linda	15:45 – 17:15	16:00 – 17:00	
Einsteigerkurs	Do	Juliane / Linda	16:45 – 18:15	17:00 – 18:00	
Explorer-Kurs	Sa	Sam / Katrin	07:45 - 08:15	08:00 - 09:00	