

		Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4
Donnerstag	18.00	1. Mannschaft Wettkampfschwimmer Melanie Joas		sportliche Freizeitschwimmer „Chiller“ Melanie Joas	2. Mannschaft Wettkampfschwimmer Iris Schmid
	19.00			SSG	
	19.30	Freizeitschwimmer mit Technikverbesserung Melanie Joas	Masters Konditionssteigerung Gerd Bachmann		
	21.00				

		Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4
Freitag	14.45	Schwimmkurs I			
	15.30	Schwimmkurs II			
	16.15	Schwimmkurs III			
	17.00	Anfänger I Im Anschluss an den Schwimmkurs Schwimmen von 25m in Rücken und Brustlage; Erwerb des Seepferdchens; Iris Schmid; Birgit Wiedemann;		Anfänger II Vertiefen der Brustschwimmlage; Heranführen an alle Schwimmarten; Erlernen der Startsprungs Melanie Joas; Dominic Kewitz; Tim Wiedemann	
	17.45	Fortgeschrittene Erlernen der vier Schwimmarten mit Starts und Wenden Rolf Knobloch Melanie Joas Dominic Kewitz Iris Schmid			
	18.30	Nachwuchsmannschaft Hinführen zum Wettkampfsport; Technik-und Ausdauerverbesserung Melanie Joas	2. Mannschaft Wettkampfschwimmer Iris Schmid	Jugendliche Freizeitschwimmer Iris Schmid	Sportliche Freizeitschwimmer „Chiller“ Melanie Joas
	19.15				
	19.30				
	20.15	Fortgeschrittene Konditionssteigerung Gerd Bachmann		1.Mannschaft Wettkampfschwimmer Melanie Joas	
	21.00	Masters Technikverbesserung; Konditionssteigerung Gerd Bachmann	Masters Schwimmen nach Belieben		