

Wochenplan Saison 2026/27 *(Änderungen nach Saisonstart noch vorenthalten)*

OHNE TRAGLUFTHALLE: von Saisonstart bis Ende September 26 und Ende April 2027 bis Ende Saison 2027

11.09.2026

	Jg. (Richtwert)	Trainings pro Woche	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG	
KIDSLIGA	2017 - 2019	2 - 3	WASSER				WASSER				WASSER			
			Mike				Mike				Mike			
			17:00 - 18:00				17:00 - 18:00				17:00 - 18:00			
			Obere Au				Sand				Sand			
FUTURA	2016 - 2014	4 - 5	Wasser und Landtraining		Wasser und Landtraining		Wasser und Landtraining		Wasser und Landtraining		Wasser und Landtraining		Wasser und Landtraining	
			Mike		Mike		Mike		Mike		Mike			
			18:00 - 19:00		17:00 - 18:00		18:00 - 19:00		17:00 - 18:00		18:00 - 19:30		11:00 - 12:00	
			Obere Au		Sand		Sand		Obere Au		Sand		Obere Au	
NACHWUCHS	2015-2012	4 - 5	Wasser und Landtraining		Wasser und Landtraining		Wasser und Landtraining		Wasser und Landtraining		Wasser		Wasser und Landtraining	
			Mike		Mike		Milan		Mike		Mike		Mike	
			19:00 - 20:30		18:00 - 19:00		16:30 - 18:00		18:00 - 19:30		18:00 - 19:30		11:00 - 12:00	
			Obere Au		Sand		Obere Au		Obere Au		Sand		Obere Au	
NATIONAL	2014 und älter	5 - 7	Landtraining/ Theorie	Wasser	Wasser		Wasser		Landtraining/Theorie	Wasser	Kraftraum	WASSER	Wasser	
			Milan	Milan	Milan		Milan		Milan	Milan	Milan	Milan	Mike	
			18:30 - 19:00	19:00 - 20:45	19:00 - 20:30		18:00 - 20:00		18:30 - 19:00	19:00 - 20:30	17:45 - 18:30	18:30 - 20:30	09:00 - 11:00	
			Sand	Sand	Sand		Obere Au		Sand	Sand	Sand	Sand	Obere Au	

Talentklasse/National/Morgentraining		Milan: 09:55-11:30, Sand	Milan: 06:30-08:00, Sand
--------------------------------------	--	--------------------------	--------------------------

SPORT-SCHWIMMER	2011 und älter (oder wenn Level 10 abgeschlossen)	1- 3	WASSER							WASSER		
			Milan / Alisha							Mike / Alisha		
			19:00 - 20:00							19.30 - 20.30		
			Sand							Sand		

KIDS-SCHWIMMER	Level 8-10	1 - 2	WASSER			WASSER						
			Mike			Mike						
			17:00 - 18:00			17:00 - 18:00						
			Obere Au			Sand						