

Wochenplan Saison 2026/27 mit Traglufthalle (Ende Sept. 26 - Mitte April 27)

	Jg. (Richtwert)	Trainings pro Woche	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG	
KIDSLIGA	2019 - 2017	2 - 3	Wasser				Wasser				Wasser			
			Mike				Mike				Mike			
			17:00 - 18:00				17:00 - 18:00				17:00 - 18:00			
			Obere Au				Obere Au				Sand			
FUTURA	2016 - 2014	4 - 5	Wasser		Wasser		Wasser		Wasser		Wasser + Stretching		Wasser	
			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		10:00 - 11:00	
			Obere Au		Obere Au		Obere Au		Obere Au		Sand		Obere Au	
NACHWUCHS	2015 - 2012	4 - 5	Wasser		Wasser		Wasser		Wasser		Wasser + Stretching		Wasser	
			Mike		Mike		Milan		Mike		Mike		Mike	
			19:00 - 20:30		18:00 - 19:30		16:30 - 17.30		18.00 - 19.30		18.00 - 19.30		10:00 - 11:00	
			Obere Au		Obere Au		Obere Au		Obere Au		Sand		Obere Au	
NATIONAL	2014 und älter	5 - 7	Landtraining	Wasser	Landtraining	Wasser	Wasser	Yoga	Landtraining	Wasser	GYM	Wasser + Stretch	Wasser	
			Milan		Milan		Milan		Milan		Milan		Mike	
			17:30 - 18.30	18.30 - 20.30	17:30 - 18.00	18.00 - 20.00	17.30-19.00	19.00-19.30	17:30 - 18.00	18.00 - 20.00	17:30 - 18:30	18:30 - 20:30	09:00 - 11:00	
			Obere Au		Obere Au		Obere Au		Obere Au		Sand		Obere Au	

TK / Morgentrainings					Wasser			Wasser				
					Milan			Milan				
					08:00 - 09:30			06:30 - 08:00*				
					Obere Au			Sand				

* in Abstimmung mit Unterrichtsbeginn (Beginn nach den Herbstferien)

SPORT-SCHWIMMER		1-2	Wasser							Wasser		
			Milan/Alisha							Milan/Alisha		
			19.00-20.00							19:30 - 20:30		
			Obere Au							Sand		

KIDS-SCHWIMMER		1 - 2	Wasser			Wasser						
			Mike			Mike						
			17.00 -18.00			17.00- 18.00						
			Obere Au			Obere Au						