# Trainingszeiten Wintersaison 2011/2012

12.09.2011 - Anfag Mai 2012

## Montag

**STÖCKENER BAD**

| Zeit | |
|---|---|
| 18.00 bis 19.00 | **Wasserball Kids** Frank Heitmann |

**FÖSSEBAD**

| Zeit | |
|---|---|
| 18.00 bis 19.00 | **SGS TG 1 und TG 2** Dirk Deichhard (2 x 25m) |

**Hallenbad GODSHORN**

| Zeit | |
|---|---|
| 20.00 bis 20.45 | **Synchronschwimmen** Janine Lücke |

## Dienstag

**STADIONBAD**

| Zeit | |
|---|---|
| 16.00 bis 17.00 | **Seepferdchen** Dirk Deichhard Conni Neubert (2 x 25m) |
| 17.00 bis 18.00 | **Wasserflöhe** Barbara Weßling **Seepferdchen** Ilona Horst (1 x 50m) |
| 17.00 bis 19.15 | **Schwimmausbildung** S.Helmich /M.Nieder / A. Heitmann / L.Durmann J P.Teichgräber / M.Granzow (Lehrschwimmb./Stegbahn) |
| 18.00 bis 19.00 | **SGS TG 3** Conni Neubert (1 x 50m) |
| 19.00 bis 20.30 | **SGS-TG 1 und TG 2** Dirk Deichhard Wolfgang Frese (2 x 50m) |
| 19.15 bis 20.00 | **Aqua-Mastersgruppe** Jochen Goebel (Nichtschwimmerbecken |
| 20.30 bis 22.00 | **Wasserball Herren** Christian Bickel (4 x 25m) |
| 20.00 bis 22.00 | **Aqua-Fitness** C.Heitmann / G.Schlottig (Nichtschwimmerbecken |

**VAHRENWALDER BAD**

| Zeit | |
|---|---|
| 18.00 bis 20.00 | **Synchronschwimmen** J.Lücke/N.Freund (2 x 25m, ab 19.00 4 x 25m und Sprungbecken) |
| 19.00 bis 20.00 | **Seesterne** Hendrik Suhling (1 x 25m) |

## Mittwoch

**MISBURGER BAD**

| Zeit | |
|---|---|
| 17.00 bis 19.00 | **SGS TG 1** Wolfgang Frese (1 x 25m) |

**SPORTLEISTUNGSZENTRUM**

| Zeit | |
|---|---|
| 19.30 bis 21.00 | **SGS TG 1 und TG 2** Dirk Deichhard (3 x 25m) |
| 21.00 bis 22.00 | **Masters** Barbara Weßling Dirk Müller (10 Bahnen) |

## Donnerstag

**STADIONBAD**

| Zeit | |
|---|---|
| 16.00 bis 17.00 | **Seelöwe** Anke Durmann (1 x 50 m) |
| 17.00 bis 18.00 | **SGS-TG 3** Conni Neubert (1 x 50m) |
| 17.00 bis 19.00 | **SGS TG 1** Wolfgang Frese (1 x 50m) |
| 18.45 bis 20.30 | **SGS TG 2** Dirk Deichhard (5 x 25m) |
| 19.30 bis 20.00 | **Aqua-Mastersgruppe** Jochen Goebel (Nichtschwimmerbecken |
| 20.30 bis 21.30 | **Aqua-Fitness** Natalie Rafatdjah Karola Dörel (Nichtschwimmerbecken) |
| 20.30 bis 22.00 | **Masters** H.Suhling / J.Goebel (5 x 25m) |

## Freitag

**STADIONBAD**

| Zeit | |
|---|---|
| 15.00 bis 16.00 | **Eltern-Kind-Gruppe** F.Dannenberg (Lehrschwimmbecken) |
| 17.00 bis 18.00 | **SGS TG 4** Christiane Staffeldt (1 x 50m) |
| 18.00 bis 19.00 | **SGS TG 3** Christiane Staffeldt (1 x 50m) |
| 19.00 bis 20.30 | **SGS TG 1** Wolfgang Frese (1 x 50m) |
| 20.00 bis 22.00 | **SGS TG 2** Dirk Deichhard (1 x 25m) |

**STÖCKENER BAD**

| Zeit | |
|---|---|
| 18.00 bis 20.00 | **Synchronschwimmen** Nicole Freund (Sprungbecken) |

**Hallenbad GODSHORN**

| Zeit | |
|---|---|
| 18.00 bis 19.45 | **Synchronschwimmen** Janine Lücke |

## Samstag

**STADIONBAD**

| Zeit | |
|---|---|
| 11.00 bis 12.30 | **Wasserspringen** Gennadiy Tronin (Sprungbecken) |

100 Jahre Aegir seit 1909

# Wintersaison

Stand: 12.10.2011 (c) - dei