



Start der Freibadsaison

Das Hallenbad ist vom 6. - 9. Mai geschlossen.
Eröffnung des Freibades ist am 10. Mai.
Erster offizieller Trainingstag (nach Pfingsten) ist am
Donnerstag, 15. Mai 2008

Trainingszeit Mo + Do -> 18.00 - 19.00 Uhr (Gruppe Sommer 2)

In der ersten halben Stunde findet ein Aufwärmtraining statt, danach geht es ab ins Wasser. Je nach Wetterlage kann sich die Trainingszeit verlängern!

Für das Freibadtraining ist also Sportkleidung angesagt! Am besten Badezeug schon drunter haben und Jogginganzug und Sportschuhe drüber.

Achtung !!!

Wir treffen uns ca 10 min vor Beginn an der Kasse, dort werden die Gruppen vom Trainer abgeholt!

Während des öffentlichen Badebetriebes muß das Bad durch den Haupteingang (Kasse) betreten werden!!! Wer später kommt, muß sich mit dem Mitgliedsausweis ausweisen!! (Bitte dringend beim Trainer melden, wer noch keinen hat!!)

Trainingspause

Damit Euch in der Zeit zwischen „Ende Hallentraining“ und „Anfang draußen“ nicht langweilig wird oder Ihr aus der Übung kommt (ha ha):

Wer mag (kein Muß !) Extra-Training (mit Sport- u. Schwimmsachen)

Donnerstag, 8. Mai -> 17.00 - 18.00 Uhr

Dienstag, 13. Mai -> 17.00 - 18.00 Uhr

Treffpunkt -> Hintereingang (bei den Fahrradständern)

Alexander Müller	Jan Rößler
Ece Su Erdal	Sarah Meyer
Ege Kaan Erdal	Svenja Röser-Brauns
Lea Schmundt	Vanessa Ehlen
Nina Finkhausen	Julia Dörhage
Svenja Salkowski	Helena Zapf
Celina Koch	Leonie Reimer
Angelina Quast	Leah Walter
Lennart Söchtig	Sue-Lynn Höfig
Lara Noemi Klopp	Alessia Nawroth
Melissa Szmukala	

Wir freuen uns auf einen guten Saisonstart ☺ !

Eure Trainer