



TRAININGSZEITENPLAN

Leistungsgruppen:

Gruppen:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
1. Mannschaft Harald Schützek Tel.: 0171/9337970	18:30 – 19:45 TT/KT Grohn 19:30 – 21:00 WT Grohn 3B	17:30 – 19:00 WT Unibad 1B	18:30 – 19:45 TT/KT Grohn 19:30 – 21:00 WT Grohn 3B/4B	18:30 – 20:00 WT Unibad 1B	17:30 – 19:15 TT/KT Grohn 18:30 – 21:00 WT Grohn 3B	10:00 - 11:30 WT Grohn 2B
2. Mannschaft Vero Gambalat Tel.: 04791/6475 Sara Gäbler		17:30 – 19:00 WT Unibad 2B	17:00 - 18:30 TT Grohn	17:30 – 19:00 WT Unibad 1B	17:00 - 17:30 TT Grohn 17:30 - 19:00 WT Grohn 3B	
2. Mannschaft - Sportleistungsbahn	18:30 – 19:30 WT Grohn 1B		17:00 - 18:30 WT Grohn 1B	18:30 - 20:00 WT Unibad 1B		
Talentbahn 2. + 3. Mannschaft	17:00 – 18:30 WT Grohn					
3. Mannschaft Karl-Heinz Fürst Tel.: 04791/59718	17:00 - 18:00 WT Grohn 1B		17:00 - 18:30 WT Grohn 2B		15:30 – 16:00 TT Grohn- tbc 16:00 – 17:30 WT Grohn 2/3B	

Sport- und Lerngruppen in Grohn:

Gruppen:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Sportgruppe A*		17:00 – 18:00		17:00 – 18:00		
Sportgruppe B*			16:00 – 17:00	17:00 - 18:00		
Lerngruppe*	16:00 – 17:00 2 Bahnen	16:00 – 17:00	16:00 – 17:00 2 Bahnen	16:15 – 17:15 2 Bahnen		
Nichtschwimmer*	15:00 – 15:45		15:00 – 15:45	15:30 – 16:15 17:15 – 18:00		

Gesundheits- und Fitnessgruppen:

Gruppen:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Masters / Erwachsene		20:00 – 21:00 Vegesack 2B		18:00 - 19:00 Vegesack 1B		
Trimmgruppe Holger Schnieders Tel.: 6608445	20:00 – 21:00 Vegesack				20:00 – 21:00 Vegesack 1B	
Wassergymnastik Holger Schnieders Tel.: 6608445	19:00 – 20:00 20:00 – 21:00 Vegesack			19:00 – 20:00 20:00 – 21:00 Vegesack		
Aquafitness für Erwachsene Simone Haßdenteufel Jessica Sauerwald			18:30 – 19:15 19:15 – 20:00 Grohn		09:15 – 10:00 10:15 – 11:00 Grohn	
Wassergymnastik Elke Pageler Tel.: 667772		11:00 – 13:00 Ilsabeenstift			11:00 – 13:00 Ilsabeenstift	

SAV-Kontakt per E-Mail: info@sav-schwimmen.de

1. Vorsitzender: Christian Gerken Tel.: 6921604	Sportliche Leitung: Wilfried Michaelis Tel.: 04292/810167
2. Vorsitzender: Holger Schnieders Tel.: 6608445	Technische Leitung: Esther Michaelis Tel.: 04292/810167
Kassenwartin: Angela Nobel Tel.: 6840413	Kampfrichterobfrau: Anke Templin Tel.: 3764719
Wasserkurse: Holger Schnieders Tel.: 6608445	*Nichtschw. / Sport- & Lerngr.: Petra Schnieders Tel.: 6608445