



TRAININGSZEITENPLAN

Leistungsgruppen:

Gruppen:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
1. Mannschaft Harald Schützek Tel.: 0171/9337970	18:15 – 19:15 TT/KT Grohn 19:30 – 21:00 WT Grohn 3B/2B	17:30 – 19:00 WT Unibad 1B	18:15 – 19:15 TT/KT Grohn 19:30 – 21:00 WT Grohn 2B	18:30 – 20:00 WT Unibad 2B	18:00 – 18:45 TT/KT Grohn 19:00 – 20:30 WT Grohn 3B/2B	10:00 – 11:00 WT Grohn 2B
1. Mannschaft senior Harald Schützek Tel.: 0171/9337970	18:45-19.45 TT Grohn 20:00 – 21:00 WT Grohn 1B		18:45 - 19:45 TT Grohn 20:00-21:00 WT Grohn 1B	nach Absprache 18:30 – 20:00 WT Unibad	19:00 – 20:00 TT Grohn 18:00-19:00 WT Grohn 1B	
2. Mannschaft Khourou Hamlebar Tel.:0152/18632171 Kei Hobbiebrunken Tel.: 0151/25527860	16:15 - 17:00 TT Grohn 17:00 – 18:00 WT Grohn 2B	17:30 – 19:00 WT Unibad 1B	16:15 - 17:00 TT Grohn 17:00 – 18:30 Technik Grohn 2B	17:30 – 19:00 WT Unibad 1B	17:30 – 18:00 TT Grohn 16:00 – 17:30 WT Grohn 2B	11:00 - 12:15 WT Grohn 2B
3. Mannschaft Cécile Garnier Tel.: 0152/56978105 Timo Niemietz Tel.: 0152/33544360		17:30 – 19:00 WT Unibad 1B	16:15 - 17:00 TT Grohn 17:00 - 18:30 Technik Grohn 1B	17:45 - 19:00 WT Vegesack 3/1B	16:45 - 17:30 TT Grohn 17:30 - 19:00 WT Grohn 2B	
4. Mannschaft Lara Domke Tel.: 0152/29670880 Jan Diercks Tel.: 0175/6303674	16:15 - 17:00 TT Grohn 17:00 – 18:00 WT Grohn 1B			16:45 - 17:45 WT Vegesack 3B	16:00 – 16:45 TT Grohn 16:45 – 18:00 WT Grohn 1B	

Sport- und Lerngruppen in Grohn:

Gruppen:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Sportgruppe A* Petra Schnieders Tel.: 01520/6175583		17:00 – 18:00 2B		17:00 – 18:00 1B		
Sportgruppe B* Petra Schnieders Tel.: 01520/6175583			16:00 – 17:00 1B	17:00 – 18:00 1B		
Lerngruppe* Petra Schnieders Tel.: 01520/6175583	16:00 – 17:00 3B	16:00 – 17:00 2B	16:00 – 17:00 2B	16:00 – 17:00 3B		
Nichtschwimmer* Petra Schnieders Tel.: 01520/6175583	15:00 – 15:45 1B		15:00 – 15:45 1B	15:00-15.45/1B 17:15 – 18:00/1B		

Gesundheits- und Fitnessgruppen:

Gruppen:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Masters / Erwachsene		20:00 – 21:00 Vegesack 2B				
Trimmgruppe Holger Schnieders Tel.: 6608445	20:00 – 21:00 Vegesack/3B				20:00 – 21:00 Vegesack 3B	
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: Harald Schützek Tel.: 0171/9337970
2. Vorsitzender: Holger Schnieders Tel.: 6608445	Technische Leitung: Frank Domke Tel.: 0179/1219508
Kassenwartin / Wasserkurse: Angela Nobel Tel.: 6840413	Kampfrichterobfrau: Anke Templin Tel.: 0178/1881559
Wasserkurse: Holger Schnieders Tel.: 6608445	*Nichtschw. / Sport- & Lerngr.: Petra Schnieders Tel.: 01520/6175583
Pressesprecher / Schriftführer / Webmaster: über sportliche Leitung	