

Information zum Training in der Schwimmabteilung

Trainingszeiten

- **Montags 18:00 bis 19:00 Uhr**

Trainingsbereich	Leistungsstand	Trainer
Bahn 3	Fortgeschrittene	Vanessa Schenk
Bahn 4	Nachwuchs	Sandra Heibges
Bahn 4	Anfänger	Dennis Gärtner

- **Dienstags 18:30 bis 19:30 Uhr**

Trainingsbereich	Leistungsstand	Trainer
Bahn 1	Sportabzeichen (Training und Abnahme)	Klaus Kiefert (Anmeldung unter 06592 985426)

- **Dienstags 19:30 bis 20:30 Uhr**

Trainingsbereich	Leistungsstand	Trainer
Bahn 2	Wettkampfschwimmer	Vanessa Schenk
Bahn 3	Fortgeschrittene	Gilbert Mäckler
Bahn 4	Anfänger	Helga Sprünker
Bahn 4	größere Nichtschwimmer	Alexandra Buhr

- **Freitags 17:45 bis 18:30 Uhr**

Trainingsbereich	Leistungsstand	Trainer
Nichtschwimmer	Nichtschwimmer (ab 5 Jahre)	Vanessa Schenk und 5 Übungsleiter(innen) und -helfer(innen)
Bahn 1 (Schwimmer)	Anfänger 2	André Nöllen
Bahn 2 (Schwimmer)	Nachwuchs 2	Gilbert Mäckler
Bahn 3 (Schwimmer)	Nachwuchs 1	Henning Paulus
Bahn 4 (Schwimmer)	Anfänger 1	Luisa Heinrichs und Alexandra Buhr

- **Freitags 18:30 bis 19:30 Uhr**

Trainingsbereich	Leistungsstand	Trainer
Bahn 1	Nachwuchs	Alexandra Buhr
Bahn 2	Fortgeschrittene	Luisa Heinrichs
Bahn 3	Wettkampfschwimmer	Vanessa Schenk
Bahn 4	Breitensport	Gilbert Mäckler

- **Freitags 19:30 bis 20:30 Uhr**

Trainingsbereich	Leistungsstand	Trainer
Bahn 1	Fortgeschrittene	Henning Paulus
Bahn 2	Breitensport	Vanessa Schenk und Gilbert Mäckler
Bahn 3	Wettkampfschwimmer	Vanessa Schenk

Trainingspensum

- Nichtschwimmer: entsprechend der Kurslaufzeit
- Mitglieder: 1. Std. pro Woche
- Wettkampfschwimmer: 2 bis 3 mal wöchentlich ohne zusätzliche Kosten

Hinweise

- Zum Training oder zum Erlernen und Verfeinern einer Schwimmart stehen technische Trainingshilfen, wie z. B. Paddles, Pull Bouys, Bretter und Schwimmflossen zur Verfügung.
- Fragen zum Training können gerne an den Abteilungsleiter gestellt werden.
(eMail: dennis.gaertner@tus-05-daun.de)

Schwimmkurse für Nichtschwimmer (ab 5 Jahre)

Zeit: Freitags von 17:45 bis 18:30 Uhr

Dauer: 15 Stunden in ca. einem Halbjahr
(Termine nach Bekanntgabe, welche sich in der Regel an den Schulferien und Feiertagen orientieren)

Kursleitung: Vanessa Schenk

Betreuung: • Nadine Frings • Sandra Heibges • Hans-Jürgen Kopf
• Amelie Sophie Hastedt • Lukas Jax

Anmeldung dennis.gaertner@tus-05-daun.de

- Kursgebühr:
- Vereinsmitglieder:
 - 1. Kurs: 50,00 € (kein Zusatzbeitrag Schwimmen)
 - 2. und weitere Kurse: 0,00 € + Zusatzbeitrag Schwimmen
(Zusatzbeitrag: siehe Beitragsordnung unter www.tus-05-daun.de (Downloads))
 - Nichtmitglieder:
 - 1. Kurs: 100,00 €
 - 2. und weitere Kurse: 50,00 €
 - Die Kursgebühr ist vor Beginn des Schwimmkurses, entsprechend der Teilnahmebestätigung auf das Vereinskonto zu überweisen. Spätester Zahlungstermin ist vor Betreten der Halle zur ersten Übungseinheit. Die Zahlung ist dann Beleghaft nachzuweisen.