

VFS Rahmentrainingsplan ab 13.09.2021

Uhrzeit	Montag					Dienstag					Mittwoch					Uhrzeit	Donnerstag			Freitag		Samstag	Sonntag			
	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn4	NS-Becken	Dieburg	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Dieburg	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn4	NS-Becken		Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Offenbach	Dieburg	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	NS-Becken	
8:00																8:00										
8:30																8:30										
9:00																9:00										
9:30																9:30										
10:00																10:00										
14:00																14:00										
15:00	WK1 Janine, Melissa	WK1 Janine, Melissa	BSJ2 Effat, Philipp	n.b.	SS2a Selda, Naemi											15:00										
15:30											15:30-16:15 SLG1 Lina, Cem	n.b.	15:30-16:15 WK1 Philipp, Melissa	15:30-16:15 SLG2 Lina, Naemi	15:30-16:15 SS2a Selda, Aria	15:30										
16:00	Desinfektion										Desinfektion															
16:30	BSJ3 Emil	WK2 Philipp	WK3 Lisa	n.b.	Flüchtling Selda, Naemi											16:30				AG/LG Matthias	AG/LG Matthias					
17:00											16:30-17:30 LG Matthias, Damian	16:30-17:30 LG Matthias, Damian	16:30-17:30 WK2 Philipp	n.b.	16:30-17:30 SS2b Lina, Selda	17:00										
17:30	Desinfektion															17:30				WK3 Lisa/Jörg						
18:00	WK4 Alex L.	WK4a Alex L.	BS1,BS2 mit Doodle Philipp	BS1,BS2 mit Doodle Janine	SS2b Lina, Naemi											18:00										
18:30	Desinfektion															18:30										
19:00	Desinfektion															19:00										
19:30	Frauenschwimmen u. Schwimmkurs für Frauen (Bahn 1-5)															19:30							LG Matthias, Damian	LG Matthias, Damian	WK4 & 4a Alex	
20:00	Desinfektion															20:00										
20:30	Desinfektion															20:30										
21:00	Frauenschwimmen u. Schwimmkurs für Frauen (Bahn 1-5)															21:00										
21:30							Triathl. Alex S.	Masters Janine	Erw./Hob. Doodle Janine							21:30	Erw./Hob. Doodle Alex S.	Erw./Hob. Doodle Alex S.	Masters Philipp							

aufgrund von Corona-Maßnahmen/Einschränkungen kann es kurzfristig zu Änderungen kommen