

VFS Rahmentrainingsplan ab 25.10.2021

Uhrzeit	Montag					Dienstag				Mittwoch					Uhrzeit	Donnerstag			Freitag		Samstag	Sonntag			
	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4	NS-Becken	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Dieburg	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4	NS-Becken		Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Offenbach	Dieburg	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							Erw./Hob./ Trias Hannah			
10:00															10:00										
															14:30										
15.00	WK1 Janine, Melissa	WK1 Janine, Melissa	BSJ2 Effat, Philipp	n.b.	SS2a Selda, Naemi										15.00				WK3 Lisa, Jörg						
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														16.00							LG Matthias, Damian			
16.30	BSJ3 Emil	WK2 Philipp	WK3 Lisa	n.b.	Flüchtling Selda, Naemi										16.30										
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										
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															18.30										
19.00	Desinfektion														19.00										
19.30	Frauenschwimmen u. Schwimmkurs für Frauen (Bahn 1-5)														19.30										
20.00															20.00										
20.30	Desinfektion														20.30										
21.00															21.00	Erw./Hob. Doodle Alex S.	Erw./Hob. Doodle Alex S.	Masters Alex L.							
21.30	Frauenschwimmen u. Schwimmkurs für Frauen (Bahn 1-5)					Triathl. Alex S.	Masters Janine	Erw./Hob. Doodle Janine							21.30										

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