

VFS Rahmentrainingsplan ab 05.09.2022

Uhrzeit	Montag					Dienstag					Mittwoch					Uhrzeit	Donnerstag					Freitag	Samstag	Sonntag															
	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn4	NS-Becken	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4	Dieburg	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn4	NS-Becken		Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4	Dieburg	Dieburg	Dieburg	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4	NS-Becken											
8:00																																							
8:30																																							
9:00																																							
9:30																																							
10:00																																							
15:00																																							
15:30	WK1a Branny, Caro	WK1b Branny, Melis	BSJ2 Effat, Neda	SS2a Selda, Mateo, Dalia																																			
16:00			WK3 Lisa	SS2c Effat, Neda, Paulus	Flüchtling Selda, Dalia, Mateo																																		
16:30	BSJ3 Melis	WK2 Branny, Melissa		WK2 Lisa, Paulus																																			
17:00																																							
17:30	WK4 Branny, Mateo	WK4a Branny, Mateo	WK2																																				
18:00			BS1,BS2 Aria/ Kahina	BS1,BS2 Aria/ Kahina																																			
18:30																																							
19:00	freies Schwimmen Janine, Mateo	freies Schwimmen Janine, Mateo																																					
19:30																																							
20:00																																							
20:30	Frauenschwimmen u. Schwimmkurs für Frauen (Bahn 1-5) Selda, Effat, Janine																																						
21:00																																							
21:30																																							

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