

# Trainings- und Kursübersicht des Bitterfelder Schwimmvereins

ab dem 26.10. 2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag
8.00 Rehasport Sportbad	12.00 Rehasport Sportbad	9.30 Rehasport GSZ	8.30 KiTa Schwimmen	9.30 Tischtennis GSZ	
	13.00 Rehasport Sportbad	11.00 Rehasport GSZ	12.00 Rehasport Sportbad		
11.30 Rehasport GSZ	2 Gruppen		2 Gruppen		9.00 RS-Team 2020
13.00 Senioren Tief u. Flach	14.00 Rehasport Sportbad	13.00 Senioren Tiefwasser	13.00 Senioren Flach u. Tief		TN festgelegt
14.00 Senioren Tief u. Flach	14.00 Senioren Tiefwasser	14.00 Senioren Tiefwasser	14.00 Senioren Flach u. Tief	14.00 Step GSZ	
15.15 LOB	15.00 Rehasport Sportbad	15.00 LOB	15.15 Nachwuchsgruppe	15.30 Athletik	
16.30 LOB	16.00 Herzsport GSZ	16.00 Seepferdchen	16.30 LOB	16.30 Athletik	
16.30 Seepferdchen	15.30 Nachwuchsgruppe	16.00 LOB	16.30 Seepferdchen	17.45 Rehasport GSZ	
18.00 Aquajogging	16.30 LOB	17.00 Aquajogging	17.30 Aquajogging		
18.00 Rehasport Sportbad	16.30 Rehasport Sportbad		Rehasprt einmalig auf		
18.45 "freies Schwimmen"	17.30 Senioren Tiefwasser	17.45 Pilates GSZ	Freitag verlegt		
19.00 Masters	18.30 Pilates GSZ	19.00 Step GSZ			
18.30 Pilates GSZ	18.15 Rehasport Sportbad		19.00 Masters		
	19.30 Rehasport Sportbad				
	19.15 "freies Schwimmen"				

## Legende

GSZ Gesundheitsportzentrum

Diese Trainingsübersicht wird wöchentlich aktualisiert, um Euch bestmöglichst zu informieren.

Jede Gruppe, die im Sportbad aktiv ist, wird für 60 Minuten( LOB bis 90 Min) betreut und muss dann bitte sehr zügig das Sportbad verlassen.

Es wird sonst nicht praktikabel sein, alle aufgeführten Gruppen in dieser zeitlichen Eintaktung trainieren zu lassen.

Teilnehmerlisten werden unbedingt geführt.

Alle Abstandsregelungen und Hygienemaßnahmen sind bitte durch die Trainer weiter durchzusetzen.