

Die angegebenen Zeiten sind zunächst vorläufig und ohne Gewähr. Bitte informieren sie sich über mögliche Veränderungen im Internet unter [www.dsw-1912.de](http://www.dsw-1912.de) oder beachten sie die Aushänge an den „schwarzen Brettern“ im Trainingsbad, SLZ bzw. Nordbad.

**Erklärungen:**

- NB** = Nordbad
- LB** = Lehrbecken im Nordbad
- SLZ** = Schwimmleistungszentrum (Freibad am Nordbad)
- BBB** = Bezirksbad Bessungen
- KR** = Kraftraum

**Leistungssport:**

Mannschaft	Tag	Trainingszeit (Wassertraining)	Ort	Bahnen / Becken
<b>1. Mannschaft &amp; Nachwuchs</b> <i>Georg Schneider</i> <i>Alex Marz</i>	Montag	1 A 17.00 – 18.30	KR	Athletik/Kraft
		18.45 – 20.45	NB	3/50
		NWT 17.30 – 18.30		Landtraining
		18.45 – 20.45	NB	3/50
	Dienstag	1 A 18.00 – 20.00	NB	3/50
		NWT 18.00 – 20.00	NB	3/50
	Mittwoch	1 A 06.30 – 8.00	NB	3/50
		17.00 – 19.30	SLZ	3/50
		NWT 06.30 – 8.00	NB	3/50
		16.00 – 17.15	KR	Athletik/Kraft
		17.30 – 19.30	SLZ	3/50
	Donnerstag	1 A 18.00 – 20.00	NB	3/50
		NWT 18.00 – 20.00	NB	3/50
	Freitag	1 A 06.30 – 8.00	NB	3/50
		16.00 – 17.30	KR	Athletik/Kraft
		17.45 – 19.45	NB	3/50
		NWT 06.30 – 8.00	NB	3/50
		16.30 – 17.30		Landtraining
		17.45 – 19.45	NB	3/50
	Samstag	1 A 8.00 – 10.00	NB	3/50
		15.30 – 17.30	SLZ	3/50
NWT 08.00- 10.00		NB	3/50	
15.30 – 17.30		SLZ	3/50	

## Leistungssport:

<b>Anschlussgruppe</b> <i>Alex Marz</i>	Montag	15.45 – 16.45 16.45 – 18.45	NB	Landtraining 3/50
	Dienstag	16:30 – 18:30	SLZ	3/50
	Mittwoch	15.30 – 16.30 16.30 -18.30	NB	Landtraining 3/50
	Donnerstag	16.00 – 18.00	NB	3/50
	Freitag	15.45 – 17.45 18.00 – 19.00	NB KR	3/50 Athletik/Kraft
	Samstag	08.00 -10.00 15.30 – 17.30	NB SLZ	3/50 1/50
<b>Aufbaugruppe</b> <i>Claudia Lachmann</i>	Montag	15.30 – 16.45	NB	2/50
	Dienstag	16.00 – 17.30 17.45 – 18.30	NB	2/50 Laufen/Athletik
	Mittwoch	16:30 – 18.00	NB	2/50
	Donnerstag	Siehe E-Kader	NB	
	Freitag	16.30 – 18.30	NB	3/25
	Samstag	09.00 – 10.00 10.00 – 11.30	NB SLZ	Laufen/Athletik 2/50
<b>Kindergruppe 1</b> <i>Claudia Lachmann</i>	Montag	16.00 – 17.30	NB	2/25
	Dienstag	17.30 – 19.00	NB	4/25
	Donnerstag	16.00 – 18.00	NB	2/25
	Freitag	15.00 – 16.30	SLZ	2/50
<b>Kindergruppe 2</b> <i>Claudia Lachmann</i>	Dienstag	14.30 – 16.00	NB	2/50
	Mittwoch	15.00 – 16.30	NB	Lehrbecken
	Samstag	13.30 – 15.00	NB	Lehrbecken
<b>Eingangsgruppe</b> <i>Claudia Lachmann</i>	Montag	14.30 – 15.15	NB	Lehrbecken
	Donnerstag	15.00 – 16.00	NB	1/25
	Samstag	12.00 – 13.30	NB	Lehrbecken
<b>DMS Mannschaft</b> <i>Jonas Rudolph</i> <i>Ine Lücke</i>	Dienstag	16.30 – 17.45 18.30 – 20.00	KR SLZ	Athletik/Kraft 3/50
	Mittwoch	16.30 – 18.00 20.30 – 21.30	SLZ SLZ	2/50 2/50
	Donnerstag	16.30 – 17.45 18.00 – 19.30	KR SLZ	Athletik/Kraft 3/50
	Freitag	18.00 – 19.30	SLZ	3/50
	Samstag	09.00 – 11.00 11.00 – 12.30	KR SLZ	Athletik/Kraft 3/50

### **Kader- bzw. vereinsunabhängige Trainingsgruppen:**

Mannschaft	Tag	Trainingszeit (Wassertraining)	Ort	Bahnen / Becken
<b>D-Kader</b> <i>Georg Schneider</i>	nach Absprache	nach Absprache		
<b>E-Kader</b> <i>Dominik Kömmelt</i>	Donnerstag	16.00 – 17.30	NB	2/50

### **Freizeitsport:**

Gruppe	Tag	Trainingszeit (Wassertraining)	Ort	Bahnen / Becken
<b>Freizeit Kinder Gruppe (FKG)</b> <i>Jan Wiest</i> <i>Martin Zucca</i> <a href="#">Online registrieren</a>	Montag Dienstag Mittwoch Freitag	15.00-15.45/15.45-16.30 15.00-15.45/15.45-16.30 15:00-15:45/15:45-16:30 15:00-15:45/15:45-16:30	SLZ SLZ SLZ SLZ	1/50 1/50 1/50 1/50
<b>Freizeit Jugend Gruppe (FJG)</b> <i>Lena Zimmerling</i> <i>Jannika Kipp</i>	Montag Dienstag	15.30-16.15/16.15-17.00 16.30 – 17.15	SLZ SLZ	1/50 1/50
<b>Freizeit Erwachsenen Gruppe (FEG)</b> <i>Daniel Funk</i>	Montag Mittwoch Freitag	19.30 – 20.30 19.30 – 20.30 19.45 – 20.45	SLZ SLZ SLZ	2/50 2/50 2/50
<b>Freizeit Senioren Gruppe (FSG)</b>	Dienstag Donnerstag	15.30 – 16.30 17.00 – 18.00	SLZ SLZ	2/50 2/50
<b>Freizeit Früh Gruppe (FFG)</b> <i>Alexander Egger</i> <i>Moritz Hofmann</i>	Dienstag Mittwoch Donnerstag Freitag	06:30 – 08:00 06:30 – 08:00 06:30 – 08:00 06:30 – 08:00	SLZ SLZ SLZ SLZ	2/50 2/50 2/50 2/50