

Mannschaft	Tag	Trainingszeit	Trainingsart	Ort
------------	-----	---------------	--------------	-----

Top Team (TT) Brandon Oberwallner	Montag	09:00-11:00	Wasser	NB 50m 3	
		17:00-18:30	Athletik / Karft	NB MZR*/ KR	
			18:45-20:45	Wasser	NB 50m 2,3,4
	Dienstag	07:30-09:00	Kraft	NB KR	
		09:00-11:00 ***	Wasser	NB 50m 3	
		17:00-17:45	Athletik	NB MZR*	
		18:00-19:45	Wasser	NB 50m 1,2,3,4	
	Mittwoch	06:30-08:30	Wasser	NB 50m 6,7,8	
		16:00-16:30	Kraft	KR	
		16:30-18:30	Wasser	NB 50m 2,3,4	
		19:00-20:00	Yoga <small>(Angebot für alle Gruppen)</small>	NB MZR	
	Donnerstag	08:00-10:00	Wasser	NB 50m 4	
		10:00-11:00	Athletik	NB MZR *	
		17:30-18:15	Athletik	NB	
		18:30-20:15	Wasser	NB 50m 2,3,4	
	Freitag	06:30-09:00	Wasser	NB 50m 6,7,8	
		08:45-10:15	Kraft	NB KR	
		16:00-17:30	Kraft	NB KR	
		17:45-19:45	Wasser	NB 50m 2,3,4	
Samstag	08:00-10:00	Wasser	NB 50m 1,2,3		
	15:00-17:00	Wasser	NB 50m 3,4		

Die angegebenen Zeiten sind zunächst vorläufig und ohne Gewähr. Bitte informiert euch über mögliche Veränderungen unter www.dsw-1912.de, oder folgt als aktive Mitglieder der DSW12 Schwimmabteilung der Gruppe und Trainer/in auf unserer Slack Plattform: <https://dsw12schwimmabteilung.slack.com>.

Mannschaft	Tag	Trainingszeit	Trainingsart	Ort
Juniorteam (JT) *ab 16:00 Uhr Bahn 4 Constanze Jäger	Montag	15:30-16:30	Athletik	NB MZR
		16:45-18:45	Wasser	NB 50m 3,4
		18:45-19:15	Nachbereitung	NB
	Dienstag	14:45 - 15:45	Athletik	NB MZR
		16:00-18:00	Wasser	NB 50m 2,3,4*
		18:00-18:30	Nachbereitung	NB
	Mittwoch	06:30-09:00	Wasser	NB 50m 6,7,8
		14:30 -14:45	Erwärmung	NB
		14:45-16:30	Wasser	NB 50m 3,4
		16:30-17:30	Athletik	NB
		19:00-20:00	Yoga <small>Angebot für alle Gruppen</small>	NB MZR
	Donnerstag	16:45-17:00	Erwärmung	NB
		17:00-18:30	Wasser	NB 50m 2,3,4
		18:30-19:00	Nachbereitung	NB
	Freitag	06:30-09:00	Wasser	NB 50m 6,7,8
		15:45-16:00	Erwärmung	NB
		16:00-17:45	Wasser	NB 50m 2,3,4
		18:00-19:00	Athletik	NB MZR
	Samstag	07.45-08:00	Erwärmung	NB
		08:00-10:00	Wasser	NB 50m 2,5
		13:45-14:45	Athletik/Neuro/ Mental	MZR
		15:00-17:00	Wasser	NB 50m 1,2

Die angegebenen Zeiten sind zunächst vorläufig und ohne Gewähr. Bitte informiert euch über mögliche Veränderungen unter www.dsw-1912.de, oder folgt als aktive Mitglieder der DSW12 Schwimmabteilung der Gruppe und Trainer/in auf unserer Slack Plattform: <https://dsw12schwimmabteilung.slack.com>.

Mannschaft	Tag	Trainingszeit	Trainingsart	Ort
------------	-----	---------------	--------------	-----

Club Team (WKI) Taisiya Pashchenko	Montag	19:00-20:00	Wasser	BBB 25m 2,3
	Dienstag	18:00-19:45	Wasser	NB 50m 4
	Mittwoch	16:30-18:30	Wasser	NB 50m 1
		19:00-20:00	Yoga <small>Angebot für alle Gruppen</small>	NB MZR
	Donnerstag	18.30- 20.00	Athletik	NB KR/MZR**
	Freitag	18:15-19:45	Wasser	NB 50m 1
	Samstag	10:30-12:00	Kraft	NB KR

Mehrkampfteam (WKII) Lea Lücke / Hannah Plücker	Montag	15:30-15:50	Erwärmung	NB
		15:50-16:45	Wasser res. 15,45	NB 50m 3,4
	Dienstag	14:30-16:00	Wasser	NB 50m 3,4
		16:15-17:30	Athletik	SH
	Mittwoch	16:00-18:00	Wasser	BBB 25m1,2,3
		19:00-20:00	Yoga <small>Angebot für alle Gruppen</small>	NB MZR
	Donnerstag	Siehe TSP-Kader (15:45-17:00)		NB 50m 3,4
	Freitag	15:00-15:45	Athletik	NB SH??
		16:00-18:00	Wasser	NB 25m 1,2,3
	Samstag	9:00-09:45	Athletik	NB MZR
10:00-11:30		Wasser	NB 50m 1,2	

Wettkampfteam (WKIII) Linda Wiegand / Verena Szagartz	Montag	16:00-17:30	Wasser	NB 25m 3,4
		16:00-17:30	Wasser	NB 25m 1,2,3
		18:00-19:00	Athletik	SH
	Dienstag	15:30-16:15	Athletik	SH
		16:30-18:00	Wasser	NB 25m 1,2
	Donnerstag	16:00-17:30	Wasser	NB 25m 4,5
	Samstag	10:15-11:15	Athletik	MZR
		11:30-13:00	Wasser	NB 50m 1,2

Die angegebenen Zeiten sind zunächst vorläufig und ohne Gewähr. Bitte informiert euch über mögliche Veränderungen unter www.dsw-1912.de, oder folgt als aktive Mitglieder der DSW12 Schwimmabteilung der Gruppe und Trainer/in auf unserer Slack Plattform: <https://dsw12schwimmabteilung.slack.com>.

Mannschaft	Tag	Trainingszeit	Trainingsart	Ort
Kindergruppe I (KI) Hannah Plücker / Emilia Manafov *K1+K2 Training zusammen	Montag *	15:00-16:00	Wasser	NB 25m 1,2
	Dienstag	15:30-16:30	Wasser	NB 25m 5,6
	Mittwoch	15:00-16:00	Wasser	BBB 1,2,3
	Donnerstag	15.00-15.45	Athletik	NB MZR**
		16:00-17:30	Wasser	NB 25m 2,3
Kindergruppe II (KII) Hannah Plücker / Emilia Manafov * K1+K2 Training zusammen	Montag	15:00-16:00 *	Wasser	NB 25m 3,4
	Donnerstag	14:45-15:45	Wasser	NB 50m 4
	Freitag	14:30-15:30	Wasser	NB 25m 4
		15:45-16:15	Athletik	NB MZR**
Minis (EG) Emilia Manafov / Beate Richter	Montag	14:40-15:30	Wasser	NB LB ½
	Mittwoch	15:30-16:30	Wasser	NB LB ½
	Donnerstag	15:50-16:30	Wasser	NB 25m
DMS Masters Jonas Rudolph	Dienstag	19:15-20:45	Wasser	NB 25m 3,4
	Mittwoch	20:45-21:45	Wasser	NB 50m 4,5
	Donnerstag	18:30-20:00	Kraft	NB KR
	Samstag	10:30-12:00	Kraft	NB KR
		17:00-18:30	Wasser	NB 50m 3,4
TSP-Kader Dominik Kömmelt	Donnerstag	15:45-17:00	Wasser	NB 50m 3,4

Die angegebenen Zeiten sind zunächst vorläufig und ohne Gewähr. Bitte informiert euch über mögliche Veränderungen unter www.dsw-1912.de, oder folgt als aktive Mitglieder der DSW12 Schwimmabteilung der Gruppe und Trainer/in auf unserer Slack Plattform: <https://dsw12schwimmabteilung.slack.com>.

Mannschaft	Tag	Trainingszeit	Trainingsart	Ort
Freizeit Kinder Gruppe (FKG) Giuliana Condemi / Theodor Heuberger / Adrian Hausding	Montag	15:30-16:15	Wasser	BBB 1,2,3,4
		16:15-17:00	Wasser	BBB 25m 4
	Dienstag	15:50-16:30	Wasser	NB 25m 1,2
	Mittwoch	15:00-15:45	Wasser	BBB 25m 4
		15:45-16:30	Wasser	BBB 25m 4
	Freitag	15:00-15:45	Wasser	NB 50m 1
15:45-16:30		Wasser	NB 50m 1	

Freizeit Jugend Gruppe (FJG) Anas Almardini	Montag	17:00-17:45	Wasser	BBB 25m 5
	Dienstag	14:40-15:50	Wasser	NB 25m 1,2
	Donnerstag	16:30-17:15	Wasser	NB 25m 1
		17:15-18:00	Wasser	NB 25m 1

Freizeit Erwachsenen Gruppe (FEG) Sophia Tripp / Leopold Heuberger	Dienstag	21:00-21:45	Wasser	NB 25m 1
	Mittwoch	20:45-21:45	Wasser	NB 25m 1,2
	Freitag	19:45-20:45	Wasser	NB 25m 4,5,6

Seniorengruppe (ex FSG) Anas Almardini / Giuliana Condemi	Montag	15:50-16:45	Wasser	NB 50m 1,2
	Mittwoch	15:30-16:30	Wasser	NB 25m 6

Die angegebenen Zeiten sind zunächst vorläufig und ohne Gewähr. Bitte informiert euch über mögliche Veränderungen unter www.dsw-1912.de, oder folgt als aktive Mitglieder der DSW12 Schwimmabteilung der Gruppe und Trainer/in auf unserer Slack Plattform: <https://dsw12schwimmabteilung.slack.com>.