

# Schwimm Sport Verein Forchheim e.V.

## Schwimmen - Tauchen – Triathlon - Fitness

### Trainingszeiten Winter 2010-2011

Gültig ab 19. September 2010

Aushang  
Alle Übungsleiter

Trainingsplan gültig ab 01.10.2010

Fröschli	Tanja	Montag	16:00-17:00	SH Kirchehrenbach
	Michaela	Samstag	09:00-10:00	Königsbad
Anfänger 2	Barbara	Mittwoch	18:00-19:00	Königsbad
	Elke	Samstag	08:00-09:00	Königsbad
Anfänger 1	Harald	Mittwoch	17:00-18:00	Königsbad
	Larissa	<b>Samstag</b>	<b>10:00-11:00</b>	<b>Königsbad</b>
Aufbau 1+2	Birgit	Montag	17:00-18:00	SH Kirchehrenbach
	Heike	<b>Samstag</b>	<b>09:00-10:00</b>	<b>Königsbad</b>
	Jenny			
Breitensport 1	??	Mittwoch	17:00-18:00	Königsbad
		<b>Samstag</b>	<b>08:00-09:00</b>	<b>Königsbad</b>
Breitensport 2	Thomas	Mittwoch	18:00- 19:00	Königsbad
		<b>Samstag</b>	<b>10:00-11:00</b>	<b>Königsbad</b>
Leistung 2	Thorben	Montag	17:00-18:00	Königsbad
	Andreas	Donnerstag	16:30-18:00	SH Kirchehrenbach
		<b>Samstag</b>	<b>11:00-12:30</b>	<b>Königsbad</b>
Leistung 1 No Limit	Andreas	Montag	18:00-20:00	Königsbad
	Thorben	Mittwoch	16:30-18:00	SH Kirchehrenbach
	Birgit	Freitag	14:30-16:00	SH Kirchehrenbach
		<b>Samstag</b>	<b>08:00-10:00</b>	<b>Königsbad</b>
Leistung 1 Rookies	Andreas	Dienstag	17:00-19:00	Königsbad
	Thorben	Mittwoch	16:30-18:00	SH Kirchehrenbach
	Birgit	Freitag	14:30-16:00	SH Kirchehrenbach
		<b>Samstag</b>	<b>08:00-10:00</b>	<b>Königsbad</b>
Master 1	Ulf	Dienstag	19:00-20:00	Königsbad
		<b>Samstag</b>	<b>08:00- 09:00</b>	<b>Königsbad</b>
Master 2	Karsten	Mittwoch	19:00-20:00	Königsbad
		<b>Samstag</b>	<b>18:00-19:00</b>	<b>Königsbad</b>