

## Trainingskonzept Freitags

Zeit	Gruppen		
20.05 Uhr- 20.55Uhr	Wettkampf Ak 15/16 und älter	Lukas, Jana	
	Breitensport Ak 15/16 und älter	Nathalie	
	Ü25 Alle über 25 Jahre	Norbert	
21.00 Uhr- 21.30Uhr	Wassergymnastik	Wolfgang	
	Technik	Lukas, Jana	
	nach Bedarf z.B. für Abzeichen	Nathalie	

Je nach Bedarf können Wassergymnastik und Technik ihre Bereiche tauschen.