

### 3-Gruppen-System Samstagsunterricht

#### Zeiteinteilung

15.00 Uhr – 15.10 Uhr	<b>Spielen</b>
15.10 Uhr – 15.55 Uhr	<b>Schwimmgruppe I</b>
16.00 Uhr – 16.45 Uhr	<b>Schwimmgruppe II</b>
16.45 Uhr – 16.55 Uhr	<b>Spielen</b>
17.00 Uhr – 17.45 Uhr	<b>Schwimmgruppe III</b>
17.45 Uhr – 18.00 Uhr	<b>Aufräumen</b>

#### Gruppeneinteilung

	Schwimmgruppe	Badaufteilung
<b>Schwimmgruppe I (15.10 Uhr – 15.55 Uhr)</b>	<b>Stilkorrektur</b> Ziel: Verbesserung des Bruststils	
	<b>Seepferdchen</b> Ziel: Kondition für 6-8 kurze Bahnen	
	<b>Auffanggruppe</b> Ziel: Seepferdchen	
	<b>Schwimmkurs</b> Ziel: Seepferdchen	

	Schwimmgruppe	Badaufteilung
<b>Schwimmgruppe II (16.00 Uhr – 16.45 Uhr)</b>	<b>Bronzeanwärter</b> Ziel: Kondition für 6-8 Bahnen, Bronze	
	<b>Silber</b> Ziel: Kraulschwimmen	
	<b>Silberanwärter</b> Ziel: Silber	
	<b>Bronze</b> Ziel: Rückenschwimmen, Verbesserung der Schwimmstile und Kondition	

	Schwimmgruppe	Badaufteilung
<b>Schwimmgruppe III (17.00 Uhr – 17.45 Uhr)</b>	<b>Gold</b> Ziel: Gold	
	<b>Leistung I</b> bis AK12 Ziel: Kondition ausbauen	
	<b>Leistung II</b> AK13/14 Ziel: Schwimmstile verbessern	
	<b>Erwachsenen-Schwimmen</b> Ziel: Erwachsene in Bewegung	