

Jugendtraining der SLRG Sektion Wil

Gruppe Bütschwil 2018/2019

Trix Bischof 079 468 49 49

Datum	Trainingsthema	Besonderes
17. August	Kernbewegungen Schwimmen	
24. August	Flossen schwimmen	Flossen mitnehmen
31. August	Kernbewegungen Schwimmen	
07. September	Ausdauer	
14. September	Sprint	
21. September	Technik Kraul	
28. September	Spiel und Spass	
	Herbstferien – kein Training	
26. Oktober	Flossen schwimmen	Flossen mitnehmen
02. November	Kernbewegung Schwimmen	
09. November	Kraul	
16. November	Kernbewegung Schwimmen	
23. November	Tauchen	Flossen mitnehmen
30. November	Brust	
05. Dezember	Mittwoch Chlaus	Info folgt !
14. Dezember	Spiel und Spass	
21. Dezember	Training nach Absprache	
	Weihnachtsferien – kein Training	
11. Januar 18	Kernbewegung Schwimmen	
18. Januar 18	Kraul/ Rückenkräul	
25. Januar 18	Staffeln und Sprints	
	Sportferien – kein Training	
08. Februar	Kernbewegung Schwimmen	
15. Februar	Delfin	Flossen mitnehmen
22. Februar	Tauchen	Flossen mitnehmen
01. März	Vereinsversammlung SLRG Wil – kein Training	
08. März	Ausdauer	
15. März	Retten, Helfen, Betreuen	
22. März	SLRG Wettkampfdisziplinen	Flossen mitnehmen
29. März	SLRG Wettkampfdisziplinen	Flossen mitnehmen
05. April	Überraschungsschwimmen	
	Frühjahrsferien – kein Training	
26. April	Kraul Technik	
03. Mai	Ausdauer	
10. Mai	SLRG Wettkampfdisziplinen	Flossen mitnehmen
17. Mai	SLRG Wettkampfdisziplinen	Flossen mitnehmen
24. Mai	Tauchen	Flossen mitnehmen
31. Mai	Auffahrtsbrücke – kein Training	
07. Juni	Lagen schwimmen	
14. Juni	Lagen schwimmen	
21. Juni	Überraschungsschwimmen	
28. Juni	Training nach Absprache	
05. Juli	Freies Training	