

Hallenbadtraining der SLRG Wil 2020, 21.00 – 22.00 Uhr

Datum	Trainingsart	Trainingsleiter	Besonderes
02. Jan	Kein Training	-	2.Neujahrstag
09. Jan	Stafetten	Martin	
16. Jan	Schwimmbiologie 2	Elias	
23. Jan	Wasserball	Lea	
30. Jan	Skiferientraining	Katja	19.30-21.00 Uhr Nothilfe-Spezial!
06. Feb	Delfin/Flossen	Stefanie	
13. Feb	Rettungsschwimmen	Isabelle	
20. Feb	Tauchen	Marc	
27. Feb	BLS-AED Refr.	Ramona	19.00-22.00 Uhr → Anmeldung erforderlich!
	Bern-Spezial	Sina	
05. März	Escapepool	Lea und Mara	
12. März	WK Plus Pool	Mirjam	Modul A, Treffpunkt 20.45Uhr im Hallenbad
19. März	Aquafitness	Renata	
26. März	Schwimmbiologie 3	Elias	
02. Apr	BLS-AED Refr.	Ramona	19.00-22.00 Uhr → Anmeldung erforderlich!
	Kraul	Chris	
09. Apr	Fallbeispiele	Dominic	19.30-21.00 Uhr Nothilfe-Spezial!
16. Apr	Bälle	Agnès	
23. Apr	Stafetten	Marc	
30. Apr	WK Plus Pool	Mirjam	Modul B → Anmeldung erforderlich!
07. Mai	BLS-AED Refr.	Ramona	19.00-22.00 Uhr → Anmeldung erforderlich!
	Spiele	Rahel	
14. Mai	Evtl. Mermaiding	Mirjam	
21. Mai	Kein Training	-	Auffahrt
28. Mai	Rettungsschwimmen	Martin	19.30-21.00 Uhr Nothilfe-Spezial!
Spezial Sommerprogramm (Trainingsplan folgt)			
03. Sep	WK Plus Pool	Mirjam	Modul A, Treffpunkt 20.45Uhr im Hallenbad
10. Sep	Brust	Chris	
17. Sep	BLS-AED Refr.	Ramona	19.00-22.00 Uhr → Anmeldung erforderlich!
	Rücken	Marcel	
24. Sep	Flossen	Petra	19.30-21.00 Uhr Nothilfe-Spezial!
01. Okt	Staffeten	Jasmin	
08. Okt	Kraul	Nadine	
15. Okt	Postenlauf	Agnès	
22. Okt	WK Plus Pool	Mirjam	Modul B → Anmeldung erforderlich!
29. Okt	Aquafitness	Renata	
05. Nov	Rettungsschwimmen	Dominic	19.30-21.00 Uhr Nothilfe-Spezial!
12. Nov	Ausdauer	Isabelle	
19. Nov	Startsprung/Wenden	Stefanie	
26. Nov	Stafetten	Petra	
03. Dez	Tempo	Andreas	
10. Dez	Tauchen	Kurt	
17. Dez	Weihnachtsschwimmen	Thomas	
Weihnachtsferien			

Wichtige Infos sind auf Seite 2!

Nothilfe-Spezial Trainings

Die im letzten Jahr eingeführten Nothilfe-Spezial Trainings würden wir gerne weiter anbieten. Denn als Rettungsschwimmer sollten wir nicht nur Ertrinken verhindern können, sondern auch bei anderen Unfällen oder Erkrankungen, welche rund ums Bad geschehen können, gezielt reagieren können.

Wir treffen uns jeweils vor dem normalen Wassertraining im Sitzungsraum (ehemals Solarium) im Hallenbad Oberuzwil. An jedem Abend werden wir gezielt ein Nothilfe-Thema repetieren und vertiefen.

Wir freuen uns auf viele Teilnehmer/innen!

Informationen zu den WK

WK Plus Pool

Im 2020 finden wieder WK Plus integriert im Training statt. **Wichtig:** wer den WK Plus Pool besuchen möchte, muss dafür **Modul A und B besuchen** (Achtung Modul A startet um 21.45 Uhr!). Die WK Plus Pool werden weiterhin nur in den geraden Jahren während dem Training angeboten. Somit werden im 2021 keine WK Plus Pool geplant, bitte beachtet dies in der WK-Planung. **Anmeldung WK Plus Pool 2020 unter:**

<https://ausbildung.slrg.ch/Kurskalender#detail&key=74027&name=108705%20%2F%20WK%20Pool%20Plus%202001%2C%20WK%20Plus%20Pool>

BLS-AED-SRC Refresherkurs

Das Modul BLS-AED-SRC ist weiterhin nur zwei Jahre gültig. Wir bieten Vereinsmitgliedern die Möglichkeit einen Refresherkurs an Trainingsabenden zu machen. Genaue Infos und die Anmeldung findet ihr unter:

27. Februar 2020:

<https://ausbildung.slrg.ch/Kurskalender#detail&key=74029&name=108707%20%2F%20BLS-AED-SRC-Refresher%20%2F%202001%2C%20BLS-AED%20Refr.%201>

02. April 2020:

<https://ausbildung.slrg.ch/Kurskalender#detail&key=74031&name=108709%20%2F%20BLS-AED-SRC-Refresher%20%2F%202001%2C%20BLS-AED%20Refr.%202>

07. Mai 2020:

<https://ausbildung.slrg.ch/Kurskalender#detail&key=74032&name=108710%20%2F%20BLS-AED-SRC-Refresher%20%2F%202001%2C%20BLS-AED%20Refr.%203>

17. September 2020:

Voranmeldungen an ramona.hitz@slrg-wil.ch, Online-Anmeldung folgt zu späteren Zeitpunkt.

Modul See/ WK See

Im Sommer werden wir ein Modul See und WK See nur für Vereinsmitglieder organisieren. Dieses wird am 18./21. Juni 2020 stattfinden. Mitglieder profitieren von Spezialpreisen (für das Grundmodul See 80.- Fr. und für den WK 30.-). Der Besuch des Modul- oder WK See wird auch als WK Pool gezählt. Genaue Infos und die Anmeldung findet ihr unten:

Modul See 18./21. Juni 2020:

<https://ausbildung.slrg.ch/Kurskalender#detail&key=74043&name=108721%20%2F%20Modul%20See%20%2F%202009%2C%20See%20intern>

WK See 21. Juni 2020:

<https://ausbildung.slrg.ch/Kurskalender#detail&key=74044&name=108722%20%2F%20WK%20See%20%2F%202009%2C%20WK%20See%20intern>

Sommerprogramm

Im Frühling 2020 werden wir den Sommertrainingsplan erstellen und euch zukommen lassen. Für Ideen und Anregungen sind wir offen, diese können gerne Andreas mitgeteilt werden.

Bei Fragen bezüglich Kurse steht euch Ramona gerne zur Verfügung. Für alles rund um die Trainings oder Trainingsplanung ist Andreas gerne euer Ansprechpartner.

Sportliche Grüsse
Ramona und Andreas