

Gruppen- und Trainingsplan Saison 18/19

gültig ab Sommer 2018

SCSG

Stand: 25.06.2018

Gruppe	Alter	Trainings	Trainingstage	Athletik (im Hallenbad)	Trainingszeiten (Wassertraining)	Bad*	Bahn	Trainer	Hilfstrainer
Kids 1 (Kidsliga)	8 Jahre und jüngere 9 und 10 Jahre (Jg 09/10/11....)	K1	Dienstag	17h40 - 18h00	18h00 - 18h45	BW	5		
		K1	Freitag	17h55 - 18h20	17h00 - 17h45	BW	4		
		K1	Samstag		10h00 - 11h00	BW	5		
Kids 2 (Futura)	11/12/13 Jahre (Jg 06/07/08)	K2	Dienstag	17h40 - 18h00	18h00 - 18h45	BW	5		
		K2	Samstag		10h00 - 11h00	BW	5		
Nachwuchs	leistungsabhängig	N	Dienstag	18h15 - 18h40	18h45 - 20h00	BW	5		
		N	Donnerstag		06h00 - 07h30 (oder 07h00)	BW	4		
		N	Freitag		18h30 - 20h00	BW	4		
		N	Samstag	10h30 - 10h55	11h00 - 12h30	BW	5		
Junioren	leistungsabhängig	J	Dienstag	18h15 - 18h40	18h45 - 20h00	BW	3		
		J	Donnerstag		06h00 - 07h30 (oder 07h00)	BW	4		
		J	Freitag		18h30 - 20h00	BW	3		
		J	Samstag	10h30 - 10h55	11h00 - 12h30	BW	4		
Master / Tri		M	Donnerstag		06h00 - 07h30	BW	3		
		M	Samstag**		12h30 - 14h00	BW	5		

** Schwimmen mit Junioren 11h00 - 12h30 bis Wiederuf

*Bad BW = Blumenwies

Gruppengrössen

Kids 1	max. 12 (18 mit Hilfsleiter)
Kids 1/2	max. 12 (18 mit Hilfsleiter)
Nachwuchs	max. 12 (16 mit Hilfsleiter)
Junioren	max. 14
Master / Tri	max. 12