

Trainingsplan – Mai

		Wahnbad		Leistungszentrum	
	Zeit	Dienstag	Donnerstag	Samstag	Zeit
		01.05	03.05	05.05	
Jugend / Kinder	19:00 – 20:00	Tag der Arbeit	Geschicklichkeit		10:00 – 12:00
Apnoe / UWR	19:00 – 20:15	Tag der Arbeit	UWR	Apnoe	17:00 – 19:30
Vereinstraining	20:00 – 21:15	Tag der Arbeit	Geschicklichkeit		
Apnoe intensiv	20:00 – 21:15	Tag der Arbeit			
freies Training	20:00 – 21:15	Tag der Arbeit			
		08.05	10.05	12.05	
Jugend / Kinder	19:00 – 20:00	Streckentauchen	Christi Himmelfahrt	freies Training	10:00 – 12:00
Apnoe / UWR	19:00 – 20:15	Parcour	Christi Himmelfahrt		17:00 – 19:30
Vereinstraining	20:00 – 21:15	Training mit Gerät	Christi Himmelfahrt		
Apnoe intensiv	20:00 – 21:15	Parcour	Christi Himmelfahrt		
freies Training	20:00 – 21:15	freies Training	Christi Himmelfahrt		
		15.05	17.05	19.05	
Jugend / Kinder	19:00 – 20:00	Geschicklichkeit	Sicherheit & Rettungsübungen		10:00 – 12:00
Apnoe / UWR	19:00 – 20:15	Dynamik Mix	UWR	Apnoe	17:00 – 19:30
Vereinstraining	20:00 – 21:15	Geschicklichkeit	Sicherheit & Rettungsübungen		
Apnoe intensiv	20:00 – 21:15	Dynamik Mix	Apnoe Statik		
freies Training	20:00 – 21:15	freies Training			
		22.05	24.05	26.05	
Jugend / Kinder	19:00 – 20:00	Sondertraining	Training mit eigenem Gerät		10:00 – 12:00
Apnoe / UWR	19:00 – 20:15	Sondertraining	UWR	Apnoe	17:00 – 19:30
Vereinstraining	20:00 – 21:15	Ausdauer	mit eigenem Gerät / Ausdauer		
Apnoe intensiv	20:00 – 21:15	Sondertraining			
freies Training	20:00 – 21:15	freies Training			
		29.05	31.05	02.06	
Jugend / Kinder	19:00 – 20:00	Sicherheit & Rettungsübungen	Fronleichnam		10:00 – 12:00
Apnoe / UWR	19:00 – 20:15	Dynamik CO2	Fronleichnam		17:00 – 19:30
Vereinstraining	20:00 – 21:15	Sicherheit & Rettungsübungen	Fronleichnam		
Apnoe intensiv	20:00 – 21:15	Dynamik CO2	Fronleichnam		
freies Training	20:00 – 21:15	freies Training	Fronleichnam		

Der verantwortliche Trainer-C ist FETTGEDRUCKT.