

Trainingsplan der Wasserfreunde Stendal 2022/2023

Stand: 01.11.2022

Wochentag	Montag			Dienstag		
Uhrzeit	4. Bahn	5. Bahn	6. Bahn	4. Bahn	5. Bahn	6. Bahn
16:00-17:00	FO 1	GR 2	GR 2	WK 1	WK 1	WK 1
17:00-18:00	FO 2	GR 1	GR 1	SI 1	SI 1	SI 1
18:00-19:00	--	Master	Master	--	Master	Master
19:00-20:00	--	Master	Master	--	Master	Master

Wochentag	Mittwoch			Donnerstag		
Uhrzeit/Bahn	4. Bahn	5. Bahn	6. Bahn	4. Bahn	5. Bahn	6. Bahn
16:00-17:00	WK 1	WK 1	WK 1	WK 1	WK 1	WK 1
17:00-18:00	SI 1	SI 1	SI 1	--	FZ	FZ
18:00-19:00	--	GR 3	GR 3	--	Master	Master
19:00-20:00	--	Master	Master	--	--	--

GR 1	Grundlagenschulung I	Trainer*in: Johanna Gütlich/Torsten Westendorf
GR 2	Grundlagenschulung II	Trainer: Ralf Fischer
GR 3	Grundlagenschulung III	Trainer*in: Johanna Gütlich/Torsten Westendorf
FO 1	Grundlagen/Fortgeschrittene I	Trainer: Matthias Wedding
FO 2	Grundlagen/Fortgeschrittene II	Trainer*in: Johanna Gütlich/Torsten Westendorf
FZ	Freizeitschwimmer (Jun.)	Trainer: Matthias Wedding
SI 1	Sichtungsgruppe	Trainerin: Anna Nieber
WK 1	Wettkampfgruppe I	Trainerin: Angela Westendorf