

Liebe Vereinsmitglieder!

Auch in der nächsten Wintersaison wollen wir wieder ein Schwimmtraining anbieten und zwar:

Donnerstags 19.30 – 21.00 Uhr im Sasch in Bruchsal.
Start: 15.10.09 bis Ende April 2010
Kosten: €130,-

Leider haben wir im Sasch nur 1 Bahn zur Verfügung und mit ca. 10-12 Schwimmern ist diese auch schon am Limit. Deshalb besteht eine 2. Trainingsmöglichkeit sonntags.

Sonntag 18.00 -19.30 Uhr im Hallenbad Oberhausen
Start: 18.10.09 bis Ende April 2010
Kosten : €130,-

Teilnahme an beiden Tagen: €240,-

Am Sonntag ist der Anteil an Technik-Training wesentlich höher. Was vor allem für Neueinsteiger wichtig ist, deshalb würde ich allen „Neuen“ empfehlen, den Sonntag-Termin vorzuziehen. Wechseln kann man, wenn Kapazität im Sasch, immer noch.

Wir haben donnerstags ein wirklich straffes Programm, deshalb sind wir gezwungen, ein bisschen auf die Leistungsfähigkeit zu achten. Auch macht es wenig Sinn, wenn man anfangs überfordert ist.

Durchgeführt wird das Schwimmtraining von Carmen Lorenz

Bei Interesse meldet Euch bitte per mail an: holgilorenz@hotmail.com

Übrigens: Laßt euch vom Sonntag-Termin nicht abschrecken.
Meist sind die Familien-Ausflüge in der Wintersaison bis dahin gelaufen und ihr könnt voller Elan in die neue Woche starten.
Außerdem haben wir das gesamte Bad für uns.

Viele Grüße

Carmen Lorenz