

# Zeitplan / Ablauf

**17:00 Uhr** Anmeldung Silber / Gold / Juniorretter

Umziehen und Duschen

**17:15 Uhr** Training (30 Minuten)

**17:45 Uhr** Trainingsende

Anmeldung Bronze / Aufbaukurs / Anfängerschwimmen

**18:00 Uhr** Gruppenwechsel

Umziehen und Duschen

**18:15 Uhr** Training (30 Minuten)

**18:45 Uhr** Trainingsende

Anmeldung Aquafitness / Erwachsenenschwimmen

**19:00 Uhr** Gruppenwechsel

Umziehen und Duschen

**19:15 Uhr** Training (30 Minuten)

**19:45 Uhr** Trainingsende

Anmeldung Aktiventraining

**20:00 Uhr** Gruppenwechsel

**20:15 Uhr** Training bis 21 Uhr