

Abteilung Schwimmen

Tag	Uhrzeit	Übungsstunde	Kontakt	Telefon	E-Mail	Ort
Montag	09:00 - 10:00	Rückenschule	E. Steinke	02304/74539	elisabeth.steinke@gmx.de	Ev
	10:00 - 11:00	Rückenschule	E. Steinke	02304/74539	elisabeth.steinke@gmx.de	Ev
	10:30 - 11:30	Nordic Walking	S. Mexner	02304/72129	<a href="mailto:d.u.s.mexner@t-online.de">d.u.s.mexner@t-online.de</a>	Ehren
	15:00 - 15:45	Wassergewöhnung	R. Michel	02304/257475	<a href="mailto:rika.michel@web.de">rika.michel@web.de</a>	LSB
	15:00 - 15:45	Nichtschwimmer; ab 4 J.	S. Mexner	02304/72129	<a href="mailto:d.u.s.mexner@t-online.de">d.u.s.mexner@t-online.de</a>	LSB
	15:45 - 16:30	Halbschwimmer	S. Mexner	02304/72129	<a href="mailto:d.u.s.mexner@t-online.de">d.u.s.mexner@t-online.de</a>	LSB
	16:30 - 17:15	Schwimmabzeichen Bronze/Silber	R. Michel u. C.Hüsken	02304/257475	<a href="mailto:rika.michel@web.de">rika.michel@web.de</a>	LSB
	17:15 - 18:00	Schwimmabzeichen Bronze/Silber	R.Michel u. C.Hüsken	02304/257475	<a href="mailto:rika.michel@web.de">rika.michel@web.de</a>	LSB
	18:00 - 18:45	Wettkampftraining	M. Blömer	017678486620	<a href="mailto:marit.bloemer@rub.de">marit.bloemer@rub.de</a>	LSB
	16:30 - 18:00	Wettkampftraining	J.Blömer	02304/74013		Stadt
	18:45 - 19:30	Wassergymnastik	K. Thielmann	02304/14332	<a href="mailto:thielmann@eschenspross.de">thielmann@eschenspross.de</a>	LSB
	19:30 - 20:15	Wassergymnastik	U.Blase	02304/43410		LSB
	20:15 - 21:00	Wassergymnastik	U.Blase	02304/43410		LSB
	Dienstag	15:00 - 15:45	Halbschwimmer	H. Geilenberg- Arnhold	02304/15801	<a href="mailto:arnhold@versanet.de">arnhold@versanet.de</a>
15:45 - 16:30		Wassergewöhnung, ab 4 J.	C. Hüsken	02304/201582		LSB
16:30 - 17:15		Wassergewöhnung, ab 4 J.	C. Hüsken	02304/201582		LSB
15:45 - 16:30		Nichtschwimmer; ab 4 J.	S. Mexner	02304/72129	<a href="mailto:d.u.s.mexner@t-online.de">d.u.s.mexner@t-online.de</a>	LSB
16:30 - 17:15		Nichtschwimmer; ab 4 J.	S. Mexner	02304/72129	<a href="mailto:d.u.s.mexner@t-online.de">d.u.s.mexner@t-online.de</a>	LSB
17:15 - 18:00		Halbschwimmer	S. Mexner	02304/72129	<a href="mailto:d.u.s.mexner@t-online.de">d.u.s.mexner@t-online.de</a>	LSB
16:00 - 17:00		Triathlon - Schwimmtraining	J.Tönnies	02304/254707		Stadt
16:30 - 18:00		Wettkampftraining	J.Blömer	02304/74013	<a href="mailto:J.bloemer@versanet.de">J.bloemer@versanet.de</a>	Stadt
18:30 - 19:15		Aquafitness-Kurs	W. Sembritzki	01759543615		LSB
19:15 - 20:00		Aquafitness-Kurs	W. Sembritzki	01759543615		LSB
20:00 - 20:45		Aquafitness-Kurs	G. Apelt-Zierhold	02304/78243	<a href="mailto:apeltzierhold@versanet.de">apeltzierhold@versanet.de</a>	LSB
Mittwoch	15:00 - 16:30	Nachwuchstraining	M.Blömer	017678486620	<a href="mailto:marit.bloemer@rub.de">marit.bloemer@rub.de</a>	Stadt
	15:00 - 16:30	Wettkampftraining	J.Blömer	02304/74013	<a href="mailto:J-bloemer@versanet.de">J-bloemer@versanet.de</a>	Stadt
	16:00 - 17:00	Wassergymn.-Fit ab 50	K. Thielmann	02304/14332	<a href="mailto:thielmann@eschenspross.de">thielmann@eschenspross.de</a>	LSB
	17:00 - 17:45	Eltern-Kind-Schwimmen, ab 2 J.	K. Thielmann	02304/14332	<a href="mailto:thielmann@eschenspross.de">thielmann@eschenspross.de</a>	LSB
	17:45 - 18:45	Gold - Jugendstunde	K. Thielmann	02304/14332	<a href="mailto:thielmann@eschenspross.de">thielmann@eschenspross.de</a>	LSB
	18:45 - 19:30	Aquafitness	G. Apelt-Zierhold	02304/78243	<a href="mailto:apeltzierhold@versanet.de">apeltzierhold@versanet.de</a>	LSB
	19:30 - 20:15	Aquafitness	G. Apelt-Zierhold	02304/78243	<a href="mailto:apeltzierhold@versanet.de">apeltzierhold@versanet.de</a>	LSB
	18:45 - 19:45	Rückenschule	H. Kopitzki			Derk
	19:45 - 20:45	Rückenschule	H. Kopitzki			Derk
	20:15 - 21:00	Sportabzeichen /Freies Schwimmen	W. Schulte	02304/86746	<a href="mailto:schultewilhelm@aol.com">schultewilhelm@aol.com</a>	LSB
Donnerstag	14:30 - 15:30	WG i.d.Krebsnachsorge	E. Steinke	02304/74539	elisabeth.steinke@gmx.de	LSB
	15:00 - 16:00	Nachwuchstraining	M.Blömer	017678486620	<a href="mailto:marit.bloemer@rub.de">marit.bloemer@rub.de</a>	Stadt
	15:00 - 16:00	Motopädie-Kurs	H. Geilenberg- Arnhold	02304/15801	<a href="mailto:arnhold@versanet.de">arnhold@versanet.de</a>	Derk
	16:00 - 18:00	Wettkampftraining	J.Blömer	02304/74013	<a href="mailto:J-bloemer@versanet.de">J-bloemer@versanet.de</a>	Stadt
	19:00 - 20:30	Triathlon-Schwimmtraining	J.Tönnies	02304/254707	2368	Stadt
Freitag	10:30 - 11:30	Nordic Walking	K. Thielmann	02304/14332	<a href="mailto:thielmann@eschenspross.de">thielmann@eschenspross.de</a>	Ehren
	14:00 - 15:00	Motopädie-Kurs	H. Geilenberg- Arnhold	02304/15801	<a href="mailto:arnhold@versanet.de">arnhold@versanet.de</a>	LSB
	15:00 - 16:30	Nachwuchstraining	M.Blömer	017678486620	<a href="mailto:marit.bloemer@rub.de">marit.bloemer@rub.de</a>	LSB
	16:30 - 17:15	Erstschwimmerausbildung, ab 4 J.	E. Gerling	02304/2558722		LSB
	17:15 - 18:00	Wassergewöhnung, 3 - 5 J.	E.Gerling	02304/2558722		LSB
	18:00 - 19:30	Aquaball	D. Hüsken	02304/201582	<a href="mailto:huesken@versanet.de">huesken@versanet.de</a>	LSB
	19:30 - 20:15	Aquafitness-Kurs	K. Thielmann	02304/14332	<a href="mailto:thielmann@eschenspross.de">thielmann@eschenspross.de</a>	LSB
20:15 - 21:00	Aquafitness-Kurs	N. Schramm	017664984047		LSB	
Samstag	09:00 - 10:00	Aquafitness-Kurs	W. Sembritzki	01759543615		LSB
	10:00 - 11:00	Aquaball	D. Hüsken	02304/201582	<a href="mailto:huesken@versanet.de">huesken@versanet.de</a>	LSB
	20:00 - 21:00	Aquafitness-Kurs	N. Schramm	017664984047		LSB

Ev            Evangel. Gemeindehaus  
 Ehren        Ehrenmal  
 LSB          Lehrschwimmbecken  
 Derk         Turnhalle Derkmannsstück  
 Stadt         Stadtbad, Schwerte

16.10.2011