



## Trainingszeiten der Wettkampfmannschaft

Bitte habt Verständnis dafür, dass ohne Anmeldung UND Bestätigung niemand an unseren Stunden teilnehmen darf.

Wochentag	Uhrzeit	Zielgruppe	Schwimmbad / Anmerkung
Dienstag	18:30 - 20:00 Uhr	Wettkampfmannschaft inklusive einer Hobbygruppe	NASS, Arnsberg <i>Treffen vor dem NASS um 17.45 Uhr</i>
Mittwoch	19:30 - 21:00 Uhr	Wettkampfmannschaft	NASS, Arnsberg <i>Treffen vor dem NASS um 18.45 Uhr</i>
Freitag	17:00 - 18:00 Uhr	Wettkampfmannschaft	NASS, Arnsberg <i>Treffen vor dem NASS um 16.45 Uhr</i>
Samstag	15:00 - 17:00 Uhr	Wettkampfmannschaft	LSB Auf der Alm, Arnsberg <i>Treffen vor dem LSB Auf der Alm um 14.45 Uhr</i>

## Trainingszeiten unseres Schwimmnachwuchses

&nbsp;

Wochentag	Uhrzeit	Zielgruppe	Schwimmbad / Anmerkung
Dienstag	16:00 - 18:00 Uhr	Aegirküken	LSB Auf der Alm, Arnsberg <i>In dieser Gruppe werden nur Schwimmer*innen aufgenommen, die mindestens das Seepferdchen besitzen.</i>
	17:00 - 18:00 Uhr	Aegirenten	LSB Auf der Alm, Arnsberg
Mittwoch	16:00 - 17:30 Uhr	Aegirdelfine	NASS, Arnsberg <i>In dieser Gruppe werden nur Schwimmer*innen aufgenommen, die mindestens das Bronzeabzeichen besitzen.</i>

## Seepferdchenkurse und Aegirbiberkurs

Wochentag	Uhrzeit	Zielgruppe	Schwimmbad / Anmerkung
Donnerstag	17:00 - 19:00 Uhr	Seepferdchenkurse- nur buchbar über unsere Homepage	LSB Auf der Alm, Arnsberg
	18:00 - 19:00 Uhr	Aegirbiberkurs - Schwimmer*innen, die ganz frisch das Seepferdchen erworben haben	LSB Auf der Alm, Arnsberg

### Trainingszeiten für die Mastersmannschaft

*Bitte habt Verständnis dafür, dass ohne Anmeldung UND Bestätigung niemand an unseren Stunden teilnehmen darf.*

Wochentag	Uhrzeit	Zielgruppe	Schwimmbad / Anmerkung
Montag	20:00 - 22:00 Uhr	Masters - Leistungssportler und Breitensportler	LSB Auf der Alm, Arnsberg <i>Treffen vor dem LSB Auf der Alm um 19.45 Uhr</i>
Mittwoch	19:30 - 21:00 Uhr	Masters - Leistungssportler und Breitensportler	NASS, Arnsberg <i>Treffen vor dem NASS um 18.45 Uhr</i>
Samstag	15:00 - 17:00 Uhr	Masters - Leistungssportler und Breitensportler	LSB Auf der Alm, Arnsberg <i>Treffen vor dem LSB Auf der Alm um 14.45 Uhr</i>