

Gruppen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<b>TG Janina</b> <b>(HLT/AST/ABT1)</b> Dr. Janina Braun <i>Dr. Sportwissenschaften</i> A-Lizenz  <i>*ca. 15min vorher Erwärmung</i>	Kraft ( <b>Pascal</b> ): 17.15-18.45 Uhr (m17.15-18.15 w17.45-18.45)* Wasser: 19.00-21.00 Uhr Bahnen 6-8 (23m)	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Athletik ( <b>Pascal</b> ): 17.30-18.30 Uhr Wasser: 19.00-21.00 Uhr Bahn 6+7 (50m)	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Kraft ( <b>Pascal</b> ): 17.15-18.45 Uhr (w17.15-18.15 m17.45-18.45 S zus. 18.45-19.45)* Wasser: 19.00-21.00 Uhr Bahn 7+8 (50m)	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Wasser: 17.15-19.00 Uhr Bahn 6+7 (25m) Athletik ( <b>Pascal</b> ): 19.30-20.30 Uhr	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Kraft ( <b>Pascal</b> ): 17.15-18.45 Uhr (m17.15-18.15 w17.45-18.45)* Wasser: 19.00-21.00 Uhr Bahn 5+6 (50m)	Wasser: 8.30-10.30 Uhr Bahn 8 (50m) Dehnung/Zugseil <b>(Janina)</b> : 10.30-11.30 Uhr
<b>TG Mareile</b> <b>(LT)</b> Mareile Strauß B-Lizenz Ewgenij Matlsev C-Lizenz	Kraft( <b>selbstst.</b> ): 20.15-21.15 Uhr	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Athletik ( <b>Pascal</b> ): 16.15-17.00 Uhr Wasser ( <b>Ewgenij</b> ): 17.30-19.00 Uhr Bahn 5+6 (25m)	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Kraft ( <b>Pascal</b> ): 18.45-19.45 Uhr Wasser ( <b>Mareile</b> ): 20.00-21.00 Uhr Bahn 5/6 (50m)	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Wasser ( <b>Mareile</b> ): 17.15-19.00 Uhr Bahn 5 (25m) Athletik ( <b>Pascal</b> ): 19.30-20.30 Uhr	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Wasser ( <b>Mareile</b> ): 17.00-19.00 Uhr Schinkelbad (25m)	Dehnung/Zugseil <b>(Janina)</b> : 9.45-10.15 Uhr Wasser ( <b>Mareile</b> ): 10.30-12.30 Uhr Bahn 7 (50m)
<b>TG Janina</b> <b>(ABT 2)</b> Dr. Janina Braun <i>Dr. Sportwissenschaften</i> A-Lizenz		Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Wasser: 17.30-19.00 Uhr Bahnen 7+8 (25m) Athletik ( <b>Pascal</b> ): 16.15-17.00 Uhr	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Wasser: 19.00-20.30 Uhr Bahn 6 (50m)	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Wasser: 16.00-17.15 Uhr Bahn 6+7 (25m) Athletik/Dehnung <b>(Pascal)</b> : 17.45-19.00 Uhr	Wasser: 6.00-7.30 Uhr Bahn 8 (50m) Laufen ( <b>Anna/Ulf</b> ): 16.30-17.15 Uhr Wasser: 17.30-19.00 Uhr Bahnen 5+6 (25m)	Dehnung/Zugseil <b>(Janina)</b> : 9.45-10.15 Uhr Wasser: 10.30-12.00 Uhr Bahn 8 (50m)
<b>TG Max</b> <b>(GLT 1)</b> Max Kofler B-Lizenz  <i>* ggf. 2x45min</i>	Wasser: 17.30-19.00 Uhr Bahnen 5+6 (23m)	Wasser: 16.00-17.30 Uhr* Bahnen 8 (25m) <b>(TECHNIK!)</b>	Athletik ( <b>Pascal</b> ): 16.15-17.00 Uhr Dehnung: 17.05-17.20 Uhr Wasser: 17.30-19.00 Uhr Bahnen 7+8 (25m)	Wasser: 16.00-17.15 Uhr Bahn 5 (25m)	Laufen ( <b>Anna/Ulf</b> ): 16.30-17.15 Uhr Wasser: 17.30-19.00 Uhr Bahnen 7+8 (25m)	

<b>TG Ewgenij (GLT 2)</b> Ewgenij Matlsev C-Lizenz * ggf. 2x45min	Wasser: 17.30-19.00 Uhr Bahnen 7 (23m)	Wasser: 16.00-17.30 Uhr* Bahnen 8 (25m) (Max - <b>TECHNIK!</b> )	Dehnung: 15.45-16.00 Uhr Wasser: 16.00-17.30 Uhr Bahnen 7 (23m)		Laufen ( <b>Ewgenij</b> ): 16.45-17.15 Uhr Wasser: 17.30-19.00 Uhr Bahnen 7+8 (23m)	
<b>TG Max/Elisa (GA)</b> Max Kofler B-Lizenz Elisa Krauthoff	Wasser ( <b>Elisa</b> ): 16.00-17.30 Uhr Bahnen 5+6 (23m) Dehnung ( <b>Elisa</b> ): 17.30-17.45 Uhr		Dehnung ( <b>Max</b> ): 15.45-16.00 Uhr Wasser ( <b>Max</b> ): 16.00-17.30 Uhr Bahnen 8 (23m) ( <b>TECHNIK!</b> )		Wasser ( <b>Max</b> ): 16.00-17.30 Uhr Bahnen 7+8 (25m) Athletik ( <b>Jannis</b> ): 17.30-18.00 Uhr	
<b>TG Mareile (Masters)</b> Mareile Strauß B-Lizenz	Wasser: 19.00-21.00 Uhr Bahn 5 (23m)		Wasser: 20.30-21.30 Uhr Bahn 6 (50m)		Wasser: 19.00-20.30 Uhr Schinkelbad (25m)	Wasser: 10.30-12.30 Uhr Bahn 7 (50m)
<b>TG Silke/Tanja (Wettkampfgruppe 1)</b> Silke Meyer C-Lizenz Tanja Möller C-Lizenz		Wasser ( <b>Tanja</b> ): 17.30-19:00Uhr Bahnen 6-8 (23m)	Wasser ( <b>Silke</b> ): 16.00-17.30Uhr Bahnen 8 (25m)		Wasser ( <b>Silke</b> ): 17:30-19:00 Uhr Bahnen 5+6 (23m)	
<b>TG Ewgenij (Wettkampfgruppe 2)</b> Ewgenij Matlsev C-Lizenz		Dehnung: 16.30-16.45 Uhr Wasser: 16.45-17.30 Uhr Bahnen 7 (25m)		Wasser: 16.45-17.30 Uhr Bahnen 3 (23m)		