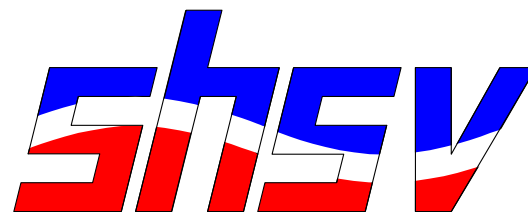


Schleswig-Holsteinischer Schwimmverband e.V.

Mitglied des Deutschen Schwimmverbandes, des Norddeutschen Schwimmverbandes und des Landessportverbandes Schleswig-Holstein.

Fachwart Masters

Teilnehmer
SHSV Trainingslager der Masters



Marco Schlegel

Berliner Str. 73, 25746 Heide
Tel.: 0152 – 5 41 41 298
E-Mail: shsv-masters@mail.de

Ablaufplan SHSV Masters 20.-22.04.2018

Liebe Masters,

anbei ein paar organisatorische Informationen zum Trainingslager:

Adresse: Sport- und Bildungszentrum Malente, Eutiner Straße 45, 23714 Bad Malente

Freitag	17:00 Uhr bis 17:45 Uhr 18:00 Uhr 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr 20:30 Uhr bis 22:00 Uhr	Anreise und Zimmerverteilung Abendessen Seminarraum 1 – Begrüßung Theorie mit Sandra Völker Schwimmhalle mit Sandra Völker (ganze Halle)
Samstag	08:00 Uhr 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr 09:30 Uhr bis 12:00 Uhr 12:00 Uhr 14:45 Uhr bis 16:30 Uhr 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr 18:00 Uhr 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr 20:30 Uhr bis 22:00 Uhr	Frühstück Seminarraum 1 – (Aufteilung in 2 Gruppen, Wechsel ca. 10:45Uhr) Theorie mit Stefan Herbst Schwimmhalle mit Sandra Völker (bis 10:30 Uhr 2 Bahnen / ab 10:30 Uhr 3 Bahnen) Mittagessen Schwimmhalle mit Sandra Völker / Stefan Herbst Seminarraum 1 – Theorie mit Stefan Herbst Abendessen Budo-Halle / Aerobic-Halle mit Stefan Herbst Schwimmhalle mit Stefan Herbst
Sonntag	08:00 Uhr 10:15 Uhr bis 12:00 Uhr 12:00 Uhr 12:30 Uhr bis 13:00 Uhr	Frühstück Schwimmhalle mit Marco Schlegel Mittagessen Abreise

Ihr benötigt natürlich eure Schwimmsachen und für das Landtraining Sportbekleidung.

Ich freue mich auf ein interessantes Wochenende

mit freundlichem Gruß
SHSV

Marco Schlegel
Fachwart Masters