

Datum	Feiertage	Trainer
Winter-Ferien bis 07.01.204		
12.01.24	Warm-Up nach den Winter-Ferien	Alf
19.01.24	Zeit- & Streckentauchen (auch mit Power)	Wolfgang
26.01.24	Staffeltraining	Alf
02.02.24	Kleiderschwimmen	Wolfgang
09.02.24	Geschicklichkeit & Koordination	Erik
16.02.24	Partner Übungen - ?? Faschings-Ferien ??	Wolfgang
23.02.24	Rettungsübungen	Wolfgang
01.03.24	Zeit- & Streckentauchen (auch mit Power)	Erik
08.03.24	Konditions- & Ausdauer-Training	Wolfgang
15.03.24	Orientierung mit dem Kompass	Erik
22.03.24	Intervalltraining	Alf
Oster-Ferien vom 23.03. bis 07.04.2024		
12.04.24	Konditions- & Ausdauer-Training	Erik
19.04.24	Partner Übungen	Wolfgang
26.04.24	Apnoe-Übungen (Statische Ruhe-Übungen)	Kurt
03.05.24	Staffeltraining	Wolfgang
10.05.24	Intervalltraining - ?? Brückentag ??	Erik
17.05.24	Unterwasser-Rugby für alle	Micha
Pfingst-Ferien vom 18.05. bis 02.06.2024		
07.06.24	Geschicklichkeit & Koordination	Alf
14.06.24	Partner Übungen	Erik
21.06.24	Intervalltraining	Wolfgang
28.06.24	Rettungsübungen	Erik
05.07.24	NN macht Training !!! - !!! Plansee !!!	NN
12.07.24	Geschicklichkeit & Koordination	Wolfgang
19.07.24	Zeit- & Streckentauchen (auch mit Power)	Alf
Sommerferien vom 25.07. bis 08.09.2024		
13.09.24	Warm-Up nach den Sommer-Ferien	Wolfgang
20.09.24	Konditions- & Ausdauer-Training	Alf
27.09.24	Rettungsübungen	Alf
04.10.24	Spiel & Spass - ?? Brückentag ??	Erik
11.10.24	Unterwasser-Rugby für alle	Micha
18.10.24	Apnoe-Übungen (Statische Ruhe-Übungen)	Kurt
25.10.24	Süßes und Sauerer	Alf
Herbst-Ferien vom 26.10. bis 03.11.2024		
08.11.24	Orientierung mit dem Kompass	Alf
15.11.24	Kleiderschwimmen	Erik
22.11.24	Partner Übungen	Alf
29.11.24	Staffeltraining	Erik
06.12.24	Nikolaus-Training	Alf
13.12.24	Konditions- & Ausdauer-Training	Wolfgang
20.12.24	Intervalltraining - ?? Weihnachten ??	Erik
Weihnachts-Ferien ab dem 21.12.2024		