

Sommer Saison 2025

Trainingsplan pro Gruppe

Kids - Wettkampfschule : Anja

Montag	16:45-18:00, Hallenbad St. Jakob*
Mittwoch	15:45-17:00, Hallenbad St. Jakob
Donnerstag	16:45-18:00, Hallenbad St. Jakob
Samstag	10:45-12:00, Hallenbad St. Jakob

Vereinsgruppe : Anja

Dienstag	16:45-18:00, Hallenbad St. Jakob*
Mittwoch	17:00-18:00, Hallenbad St. Jakob
Freitag	16:45-18:00, Hallenbad St. Jakob
Samstag	09:00-11:00, Hallenbad St. Jakob

Futura : Alexandre

Montag	18:00-20:00, Hallenbad St. Jakob
Mittwoch	16:00-18:00, Hallenbad St. Jakob
Donnerstag	18:00-20:00, Hallenbad St. Jakob
Freitag	17:30 – 18:00, Sportbad Lands 18:00 – 20:00, Sportbad
Samstag	09:00-11:00, Hallenbad St. Jakob

Youth : Mane

Montag	17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Dienstag	17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Mittwoch	17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Donnerstag	18:00-20:00, Hallenbad St. Jakob (Ungerade) 18:00-20:00, Sportbad St. Jakob (Gerade)
Freitag	17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Samstag	09:00-11:00, Hallenbad St. Jakob

Junioren : Alexander

Montag	17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Dienstag	17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Mittwoch	18:00-20:00, Sportbad St. Jakob
Donnerstag	17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Freitag	17:30-20:00, Hallenbad St. Jakob
Samstag	11:00-13:00, Sportbad St. Jakob

Elite : Xavier

Montag	08:00-12:00, Sportbad St. Jakob 17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Dienstag	08:00-12:00, Sportbad St. Jakob 17:30-20:00, Hallenbad St. Jakob
Mittwoch	08:00-12:00, Sportbad St. Jakob 17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Donnerstag	10:00-12:00, Sportbad St. Jakob 17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Freitag	08:00-12:00, Sportbad St. Jakob 17:30-20:00, Sportbad St. Jakob
Samstag	08:30-11:00, Sportbad St. Jakob

Wettkampf Elite : Xavier - Mane - Alexander

Montag	06:00-08:00, Sportbad St. Jakob 18:00-20:00, Sportbad St. Jakob
Dienstag	Kein Trainings
Mittwoch	06:00-08:00, Sportbad St. Jakob 18:00-20:00, Sportbad St. Jakob
Donnerstag	<u>Kein Trainings</u>
Freitag	19:00-20:00, Hallenbad St. Jakob (Alexander)
Samstag	08:40-11:00, Hallenbad St. Jakob (Mane)

Sportfenster : Alexander

Dienstag	10:00-12:00, Sportbad St. Jakob
Donnerstag	10:00-12:00, Sportbad St. Jakob

Masters : Anja - Mane

Montag	06:00-08:00, Sportbad St. Jakob – 3 Bahnen 08:00-09:00, Sportbad St. Jakob – 2 Bahnen 12:00-14:00, Sportbad St. Jakob – 2 Bahnen 12:00-14:00, Hallenbad St. Jakob – 2 Bahnen
Dienstag	12:00-14:00, Sportbad St. Jakob – 3 Bahnen
Mittwoch	06:00-08:00, Sportbad St. Jakob – 3 Bahnen 08:00-09:00, Sportbad St. Jakob – 2 Bahnen 12:00-14:00, Sportbad St. Jakob – 2 Bahnen
Donnerstag	12:00-14:00, Sportbad St. Jakob – 3 Bahnen 12:00-14:00, Hallenbad St. Jakob – 2 Bahnen
Freitag	06:00-08:00, Sportbad St. Jakob – 3 Bahnen 08:00-09:00, Sportbad St. Jakob – 2 Bahnen 12:00-13:00, Sportbad St. Jakob – 3 Bahnen
Samstag	13:00-15:00, Gartenbad St. Jakob – 2 Bahnen