

SCFA

# TRAININGSPLAN – ab 8.6.20



Alle Trainings finden im Aegeribad statt (wenn nicht anders vermerkt).  
Abmeldungen jeweils direkt beim betreffenden Trainer/Trainerin.

	U 9	Nachwuchs		Damen	Herren	2. Ma'schaft
		U11 (2x)	U13/15/17 (3x)			
Mo	1800 – 1915 (W)			1930-2115 (W)		
Di					1930- 2130(W)	
Mi		1800 – 1915 (W)		1930-2115 (W)	Trockentraining Schönenbühl	Birkenwäldi
Do					1930-2130 (W)	
Fr	1800 – 1915 (W) Am letzten Freitag im Monat ist jeweils Waterpolo Kids Training (Schnuppertag)	1930-2030 (W)				
Sa				Loreto 1000-1130 (W)		

Trockentraining: Badekleider/-hosen bereits montiert, kurze Hose und T-Shirt  
 Wassertraining (W): Badekleider/-hosen, Schwimmbrille, Badekappe (für Frauen)