

Trainingszeiten - Winter 2018/19



	Montag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Herren	20:00 – 22:00 Wasser Langwasserbad	20:00– 22:00 Wasser Langwasserbad			
Damen	20:00 – 21:30 Wasser Langwasser	20:00 – 21:30 Wasser Langwasserbad		20:00 – 22:00 Wasser Langwasser	
Junioren (13-17)		17:30-19:00 Wasser Langwasserbad		20:00 – 22:00 Langwasserbad	17:00 – 19:00 Wasser Langwasserbad
U18	20:00 – 22:00 Wasser Langwasserbad	20:00– 22:00 Wasser Langwasserbad		15:00 – 16:30 Wasser Langwasserbad	06:30 – 8:00 Wasser Langwasserbad
U16	18:45 – 19:45 Kraft 20:00 – 21:30 Wasser Old School + Langwasserbad	15:00 – 17:30 Wasser 18:00 – 19:00 Kraft Old School + Langwasserbad	18:45 – 21:00 Wasser Bereitschaftspolizei	18:30 – 19:30 Kraft 20:00 – 22:00 Wasser Old School + Langwasserbad	17:00 – 19:00 Wasser Old School + Langwasserbad
U14	19:00 – 20:45 Wasser Bereitschaftspolizei	15:00 – 17:30 Wasser Langwasserbad	18:45 – 21:00 Wasser Bereitschaftspolizei	18:30 – 19:30 Kraft 20:00 – 22:00 Wasser Langwasserbad	15:45 – 16:45 Kraft 17:00 – 19:00 Wasser Old School + Langwasserbad
U12				15:00 – 16:30 Wasser Langwasserbad	
U12	19:00 – 20:45 Wasser Bereitschaftspolizei	15:00 – 17:30 Wasser Langwasserbad	18:45 – 20:45 Wasser Bereitschaftspolizei	18:30 – 19:30 Kraft 19:30 – 21:30 Wasser Langwasserbad	15:45 – 16:45 Kraft 17:00 – 19:00 Wasser Old School + Langwasserbad
U10	17:30 – 18:30 Athletik 18:30 – 20:00 Wasser Langwasserbad	17:30-19:00 Wasser Langwasserbad			17:00 – 18:30 Wasser Langwasserbad
U8				14:00 – 15:00 Langwasserbad	
Freies Training		6:00 – 7:30 Langwasserbad		15:00 – 16:30 Langwasserbad	6:30 – 8:00 Wasser + Frühstück Langwasser

Ausfüllhinweise / Infos Mitgliedsanträge:

Alle Wasserballer werden Mitglied beim 1.FCN Schwimmen und Post SV
Nur die „Hauptmitgliedschaft“ – kann beim 1. FCN oder Post SV sein - ist kostenpflichtig die 2. Mitgliedschaft ist beitragsfrei

Es müssen beide Mitgliedsanträge ausgefüllt werden
(bei der 2. Mitgliedschaft nur die persönl. Daten – keine Bankverbindung)

Beim Post SV Mitgl.-Antrag bitte folgendes ankreuzen: Schwimmen ohne Sauna + Wasserball

Bitte bei beiden Anträgen ein Passbild mitgeben !!!
Bitte beide Anträge Unterschreiben !!!