

Trainingszeiten der DLRG Beckum e.V. Stützpunkt Lippetal

Hallenbadsaison

	Zeit	Gruppen	Trainer/In	Ort	Besonderheiten
Montag	<h2>Ruhetag</h2>				
Dienstag	19.45-21.15 Uhr	Leistungsgruppe	Klaus-Dieter Langer Michael Watzenig	Hallenbad Beckum	Bahn 3 Bahn 4
Dienstag	19.45-21.15 Uhr	Masters Training Freies Schwimmen	Sabrina Hohenhorst Maik Vornholz	Hallenbad Beckum	Bahn 2
Dienstag	19.45-21.15 Uhr	Erwachsenen- schwimmkurs	Sabine Lillmanntöns	Hallenbad Beckum	Lehrschwimmbecken Bahn 1
Dienstag	19.45-21.15 Uhr	Rettungsscheine	Jochen Horstmann	Hallenbad Beckum	Bahn 1 bzw. Bahn 2 nach Absprache
Dienstag	20.15-21.15 Uhr	Ausdauerschwimmer AK offen +	Sandra Opperbeck HW Ständker	Hallenbad Lippborg	Scheinabnahme nach Anmeldung
Dienstag	20.15-21.15 Uhr	Aqua Power	Britta Vornholz	Hallenbad Lippborg	Anmeldung erforderlich
Mittwoch	18.00-18.45 Uhr	Kinderschwimmkurs	Ute Schwarzenberg Colin Schwarzenberg Denise Halbur Jonas Hagenau Tanja Dickmann Sandra Dickmann	Hallenbad Beckum Lehrschwimmbecken	Anmeldung erforderlich
Donnerstag	18.15-20.00 Uhr	Trockentraining	Klaus Dieter Langer Ingeborg Seliger Laszlo Seliger	große Sporthalle d. Albertus Magnus Gymnasiums Beckum	Ausgleichstraining zum Schwimmsport, Konditions- und Kräftigungsgymnastik sowie kleine und große Spiele 😊

Trainingszeiten der DLRG Beckum e.V. Stützpunkt Lippetal

Hallenbadsaison

Donnerstag	18.00-18.45 Uhr	Kinderschwimmkurs	Ute Schwarzenberg Colin Schwarzenberg Kai Vehrenkemper Caro Gödde Kevin Gegusch Karin Gegusch Frauke Aufenvenne	Hallenbad Beckum Lehrschwimmbecken	Anmeldung erforderlich
Freitag	18.30-20.00 Uhr	Schwimmanfänger	Ute Schwarzenberg Colin Schwarzenberg Kathrin Wagner Kai Vehrenkemper	Lehrschwimmbecken	weiterführendes Training nach dem Erwerb des Seepferdchens
Freitag	18.30-20.00 Uhr	Leistungsgruppe	Laszlo Seliger Klaus-Dieter Langer Michael Watzenig Jasmin Pawelzik Caro Gödde	Hallenbad Beckum	Bahn 1/2 ab AK 13/14 Klaus Dieter & Michael & Laszlo Bahn 3 bis AK 12 Jasmin Bahn 4 AK 10 Caro
Freitag	18.00-19.00 Uhr	Fortgeschrittene Schwimmer/ Leistungsgruppe	Anja Birkefeld Dennis Klobuzinski Richard Grund Marco Pöpsel	Hallenbad Lippborg	AK 10 – AK 13/14
Freitag	19.00-20.00 Uhr	Fortgeschrittene Schwimmer/ Breitensportler	Richard Grund Sandra Opperbeck Marilen Hunsel	Hallenbad Lippborg	AK 13/14 – AK offen
Samstag	15.00-16.00 Uhr	Schwimmanfänger	Anja Birkefeld Kathleen Lamming Johanna Hense Dennis Klobuzinski	Hallenbad Lippborg	AK 6 – AK 10
Samstag	11.30-12.30 Uhr	Leistungsgruppe / Fortgeschrittene Schwimmer	Marilen Hunsel Dennis Klobuzinski	Hallenbad Lippborg	AK 10 -
Samstag	17.00-18.00 Uhr	Fortgeschrittene Schwimmer	Sandra Dickmann Frauke Aufenvenne	Hallenbad Beckum	Bahn 3 Bahn 4
Samstag	18.00-19.00 Uhr	Fortgeschrittene Schwimmer	Sandra Dickmann Frauke Aufenvenne	Hallenbad Beckum	Bahn 4

Trainingszeiten der DLRG Beckum e.V. Stützpunkt Lippetal

Hallenbadsaison

Samstag	18.00-19.00 Uhr	Breitensportgruppe	Christian Schwarzenberg	Hallenbad Beckum	Bahn 3
Sonntag	13.30-15.00 Uhr	Leistungsgruppe	Klaus-Dieter Langer Michael Watzenig Jasmin Pawelzik Laszlo Seliger	Hallenbad Beckum	Bahn 1/2 /3 ab AK 13/14 Klaus Dieter & Michael & Laszlo Bahn 4 bis AK 12 Jasmin