

Tauchclub Bielefeld e.V.

Mitglied im Verband Deutscher Sporttaucher e.V.
VDST-Mitgliedsnr.: 08/0030



Trainingsplan IV.2017 vom 09. November 2017 - 12. Januar 2018

(Stand 29.10.2017)

Termine: Familienbad Heepen,
Schlauden 11, 33719 BI

Freitag: 20:00 bis 21:30 Uhr
Einlass: 19:45 bis 20:00 Uhr

Donnerstag: 20:30 bis 21:45 Uhr
Einlass: 20:15 bis 20:30 Uhr

Datum 2017	Tag	Inhalte	Training	KiJu-Training
09.11.	Donnerstag	Verschiedene Tauchstile	Falk	
10.11.	Freitag	Konditionstraining	Christoph	Katrin
16.11.	Donnerstag	Vintage Interpretation	Dirk	
17.11.	Freitag	Ausdauertraining	Falk	Dirk
23.11.	Donnerstag	Geschicklichkeitsübungen	Dietrich	
24.11.	Freitag	Staffelspiele	Falk	Katja Katrin
30.11.	Donnerstag	Zeit- und Streckentauchen	Dirk	
01.12.	Freitag	Flossentraining	Christoph	Katja, Katrin
07.12.	Donnerstag	Vertrauensbildende Übungen	Dietrich	
08.12.	Freitag	Zeit- und Streckentauchen	Falk	Katja, Christian
14.12.	Donnerstag	Konditionstraining	Dirk	
15.12.	Freitag	Partnerübungen	Christoph	Katja, Christian
21.12.	Donnerstag	Training mit Schwimmbrett	Falk	
22.12.	Freitag	Weihnachtstraining	Christian	Katja
Weihnachtsferien vom 27.12.2017 – 07.01.2018				
Wiederbeginn des Trainings: Donnerstag 09.11 bzw. Freitag 10.11				
Datum 2018	Tag	Inhalte	Training	KiJu-Training
11.01.	Donnerstag	Flossentraining	Dietrich	
12.01	Freitag	Koordinations- und Konzentrationsübungen	Christoph	Katja