

Trainingsplan Gruppe 4

Freibadsaison 2024 – gültig ab 14.10.2024



Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft

Landesverband Württemberg e.V.

Bezirk Ludwigsburg

Ortsgruppe Oberes Bottwartal

Internet: www.bottwartal.dlrg.de

Gruppenleiter / Ansprechpartner

Björn Bender

Tel: +49 173 2833517

E-Mail: bjoern.bender@bottwartal.dlrg.de

Interesse? Wir suchen aktuell Verstärkung im Trainer-Team!

Tel: -

E-Mail: -

Anfragen können auch an den Leiter Ausbildung gestellt werden:

Björn Bender

Tel: + 49 173 2833517

E-Mail: Leiter.ausbildung@bottwartal.dlrg.de

Trainingszeiten

Montags 20:00 Uhr bis 21:00 Uhr im Mineral Hallenbad Beilstein

Treffpunkt: Umgezogen im Hallenbad

In den Ferien und an Feiertagen findet ebenso Training statt. (Ausnahme bilden hier die Winterferien)

Gruppeneinteilung:

Die Gruppen werden nach Alter, Leistungsklasse und Gruppenkapazität individuell eingeteilt.

Altersbereich: > 14 Jahre

Bei Verhinderung / Krankheit bitte die Trainer informieren.

Bei mehrmaligem unentschuldigtem Fehlen erlischt der Anspruch auf einen Trainingsplatz.

Theorietermine (Treffpunkt: DLRG-Schulungsraum im Mineralfreibad Oberes Bottwartal)

Werden Individuell bekannt geben.

Hinweise

Die Teilnehmer dieser Gruppe trainieren Schwimm- und Rettungsschwimmtechniken. Dies beinhaltet neben einer Vielzahl von praktischen Fertigkeiten auch umfangreiche theoretische Kenntnisse. Erste Hilfe und Notfallmaßnahmen werden ebenso vermittelt. Dies ist auch die richtige Gruppe für Jugendliche und Erwachsene, die Spaß an der Bewegung im Wasser haben.