

Trainingsplan Gruppe 4

Freibadsaison 2025 – gültig ab 05.05.2025

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



Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft

Landesverband Württemberg e.V.

Bezirk Ludwigsburg

Ortsgruppe Oberes Bottwartal

Internet: www.bottwartal.dlrg.de

Trainingszeiten

Montags 19:45 Uhr bis 20:45 Uhr im Mineralfreibad Oberes Bottwartal

Treffpunkt: Vor dem DLRG-Raum bei den Tischtennisplatten

In den Ferien und an Feiertagen findet ebenso Training statt.

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)

Bei Gewitter o. ähnlichen Sperrungen, des Wasserbereiches.

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.