

Tag Ort	Montag Balgach	Montag Balgach	Montag Balgach	Dienstag Heerbrugg TH Reichenbünt	Mittwoch Balgach	Mittwoch Balgach	Mittwoch Balgach	Mittwoch Balgach	Donnerstag Balgach	Donnerstag Balgach	Donnerstag Balgach	Freitag Balgach	Freitag Balgach	Samstag Balgach
Trainingszeit	17:00 - 18:00	18:00 - 19:30	19:15 - 21:00	17:45 - 19:15	17:00 - 17:45	17:45-18:30	18:15 - 19:45	19:15 - 21:00	17:00 - 18:00	17:45 - 19:00	19:00 - 21:00	18:00 - 19:30	19:15 - 20:45	06:30-08:15
				Lauftraining A/B nach Ansage										Speed A
17:00 - 17:15	Kidsliga			Trainerteam	Mini-Kids				Mini-Kids					Speed A
17:15 - 17:30	Kidsliga			19:15-20:15	Mini-Kids				Mini-Kids					Speed A
17:30 - 17:45	Kidsliga				Mini-Kids				Mini-Kids					Speed A
17:45 - 18:00	Kidsliga			Athletik (alle)		Kidsliga			Mini-Kids	Kidsliga				Speed A
18:00 - 18:15		Speed B		Athletik (alle)		Kidsliga				Kidsliga		Speed A		Speed A
18:15 - 18:30		Speed B		Athletik (alle)		Kidsliga	Speed B			Kidsliga		Speed A		Speed A
18:30 - 18:45		Speed B		Athletik (alle)			Speed B			Kidsliga		Speed A		
18:45 - 19:00		Speed B		Athletik (alle)			Speed B			Kidsliga		Speed A		
19:00 - 19:15		Speed B		Athletik (alle)			Speed B				Fun B	Speed A		
19:15 - 19:30		Speed B	Speed A	Lauftraining A/B			Speed B	Speed A			Fun B	Speed A	Speed B	
19:30 - 19:45			Speed A	Lauftraining A/B			Speed B	Speed A			Fun B		Speed B	
19:45 - 20:00			Speed A	Lauftraining A/B				Speed A			Fun B		Speed B	
20:00 - 20:15			Speed A	Lauftraining A/B				Speed A			Fun A		Speed B	
20:15 - 20:30			Speed A					Speed A			Fun A		Speed B	
20:30 - 20:45			Speed A					Speed A			Fun A		Speed B	
20:45 - 21:00			Speed A					Speed A			Fun A			

Team	Team-Ziel
Speed A	Wettkampfschwimmen (mit Lizenz)
Speed B	Wettkampfschwimmen (mit Lizenz) und Schwimmtraining
Kidsliga	Kidsliga (Kids-Lizenz) und Schwimmtraining
Minikids	Einsteiger, Eintritte aus Schwimmschulen
Fun-Teams	Schwimmtraining (kein Wettkampfschwimmen)

www.skwidnau.ch

### Kontakte/Auskünfte

Präsident Jürgen Golling juergen.golling@skwidnau.ch  
 Techn. Leiterin Irene Engler irene.engler@skwidnau.ch  
 Schwimmschul Heidi Sieber heidi.sieber@skwidnau.ch