

Übungsstunden in der Schwimm- und Turnhalle an der Realschule

Stand: 01.01.2025

Wochentag	Uhrzeit	Bahn	Gruppen / Kurse	Gruppenleiter(in)	
Dienstag					
	16.30-17.00	1-3	Wassergewöhnung für Kleinkinder	C. Rohlmann / R. Strake	2
	17.00-17.30	1-3	Wassergewöhnung für Kleinkinder		
	17.30-18.00	1-3	Wassergewöhnung für Kleinkinder		
	18.00-18.30 (ungerade KW bis 19 Uhr)	1-3	Frauengruppe	M.Kühler	3
	18.00-19.30 (nur ungerade KW)	3	Seniorinnen	G.Masur	4
	18.30-19.30 (nur gerade KW)	1-3	Schwimmen für Menschen mit Behinderung	T. Fröhleke	5
	19.30-20.30 (ungerade KW ab 19 Uhr)	1-3	Tauchergruppe	M. Schnatmann / D. Pfeiffer	6
	20.30-22.00	1-3	Senioren II - VII	H.Leder / R.Schwitte	7
Donnerstag					
	15.45 - 16.45	1-3	DRK-Stunde	L.Pollmeier / G.Masur / B.Siekaup	8
	16.45 - 17.30	1-3	Schwimmgruppen / Wassergymnastik Sen.	P.Buschmann / H.Kranz	
	17.30 - 18.15	1	AK 10 (Orkagruppe) männlich I	J.Dölwes / M. Krüger / N. Heising Kleinehellforth / L. Heinke	9
		2	AK 10 (Orkagruppe) männlich II		10
		3	AK 10/12 männlich I	J.H. Mattern / A. Uskokovic	11
	18.15 - 19.00	1	AK 13/14 weiblich	M.Horsthemke / M. Krüger	12
		2	AK 12 männlich	T.Voßhenrich / N. Stachelbeck	13
		3	AK 12 weiblich	M. Dreier / F. Masmeier	14
	19.00 -19.45	1	AK 17/18 weiblich	M.Horsthemke / F.Masmeier	15
		2	AK 15/16 weiblich		16
		3	AK 13-16 männlich	T.Voßhenrich / N. Stachelbeck	17
	19.45 - 20.30(ungerade Woche) 20.30-21.30(gerade Woche)	1-3	Schwimmgruppe / Wassergymnastik	M. Schnatmann	22
	20.30 - 21.30(ungerade Woche) 19.45-20.30(gerade Woche)	1	Leistungsgruppe AK Offen m/w	F.Masmeier / T. Siggemann	18
		2	Damen	M.Siekaup / L.Heethey	19
		3	Herren	R.Frickenstein / L. Brakel	20
	14.15 - 15.00	1-3	Froschgruppe I	N.Hohmann/C.Jacobfeuerborn/M.Horsthemke J.Dölwes / M. Krüger / S. Tschackert / M.Voßhenrich / E.Meiertoberens / J.H. Mattern A.L. Mattern / H. Stuckmann / M.S. Fender	24
	15.00 - 15.45	1-3	Froschgruppe II		25
	15.45 - 16.30	1	Delfingruppe (AK10)	M.Dreier / M. Grundmeier /E Meiertoberens	26
		2	Breitensportgruppe weiblich (ab AK 10-13)	C. Jacobfeuerborn / N. Hohmann	27
		3	AK 10 weiblich	F.Masmeier / S.Tschackert S.- Bruns	28
	16.30 - 17.15	1	AK 12 weiblich	M. Dreier / F. Masmeier	29
		2	AK 10/12 männlich	T.Voßhenrich / N. Stachelbeck	30
		3	AK 13/14 weiblich	M. Krüger /M.Horsthemke	31
	17.15 - 18.00	1	Seniorinnen	G. Masur	32
		2	Breitensportgruppe weiblich ab AK 14	J. Kartal / J. Dölwes	33
		3	Breitensportgruppe männlich ab AK 13-16		34
	18.00 - 19.00	1	AK 15/16 weiblich	M.Horsthemke / F.Masmeier	35
		2	AK 17/18 weiblich		36
		3	AK 13-16 männlich	N.Stachelbeck / T Voßhenrich	37
	19.00 - 20.00	1	Damen / Herren	L.Heethey / M.Siekaup	38
		2	Leistungsgruppe AK Offen m/w	T.Siggemann / F.Masmeier	39
		3			
	14.30 - 17.00		Benutzung der Turnhalle	je nach Gruppe / Kurs	40
Sonntag					
	13.00-14.00	1-3	Schwimmtraining Senioren / Seniorinnen	C. Voßhenrich	40
	14.00-15.00	1-3	AK 15/16 weiblich	F Masmeier /M.Horsthemke	41
			AK 17/18 weiblich		42
	15.00-16.00	1	AK 13/14 weiblich	M. Krüger /M.Horsthemke	44
		2	AK 12 weiblich	M. Dreier / F. Masmeier	
		3	AK 13-16 männlich	N.Stachelbeck / T Voßhenrich	45
	16.00 - 17.00	1-3	Leistungsgruppe AK Offen m/w	T.Siggemann / F.Masmeier	46