

Tauchclub Bielefeld e.V.

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



Trainingsplan III.2017 vom 31. August 2017 - 20. Oktober 2017

(Stand 30.08.2017)

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
31.08.	Donnerstag	Flossentraining	Christoph	
01.09.	Freitag	Verschiedene Tauchstile	Dietrich	Katja, Christian
07.09.	Donnerstag	Partnerübungen	Falk	
08.09.	Freitag	Staffelspiele	Christoph	Christian, Falk
14.09.	Donnerstag	Konditionstraining	Falk	
15.09.	Freitag	Zeit- und Streckentauchen	Falk	Katrin,
21.09.	Donnerstag	Strömungstauchen	Dietrich	
22.09.	Freitag	Koordinations- und Konzentrationsübungen	Dirk	Christian
28.09.	Donnerstag	Übungen mit verdunkelter Maske	Christoph	
29.09.	Freitag	Ballspiele		Christian
05.10.	Donnerstag	Training mit Schwimmbrett	Dirk	
06.10.	Freitag	Partnerübungen	Dietrich	Katrin
12.10.	Donnerstag +	Zeit- und Streckentauchen	Falk	
13.10.	Freitag	Vintage Interpretation	Falk	Christian
19.10.	Donnerstag	Knotenkunde	Dirk	
20.10.	Freitag	Training mit und ohne Flossen	Christoph	Katrin
Herbstferien vom 23.10.2017 – 05.11.2017				
Wiederbeginn des Trainings: Donnerstag 09.11 bzw. Freitag 10.11				
09.11.	Donnerstag	Verschiedene Tauchstile	Falk	
10.11.	Freitag	Konditionstraining	Christoph	Katrin