

## Kursplan Sole-Therme Otterndorf

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag			Freitag		Samstag	Sonntag		
6 Uhr			Schnellschwimmen 1 Bahn				Schnellschwimmen 1 Bahn			Schnellschwimmen 1 Bahn					
7 Uhr							Fit in den Tag 07.30 - 08.00 *								
8 Uhr													Schnellschwimmen 1 Bahn		
9 Uhr															
10 Uhr												TSV bis 10.30			
11 Uhr	Seniorenwassergymnastik 11.15 - 12.00 *											Kindergeburtstag möglich 11.00-12.00 14.30-15.30	Kindergeburtstag möglich 11.00-12.00 14.30-15.30		
12 Uhr															
13 Uhr															
14 Uhr	Schwimmkurs 1 14.00 - 14.45				Schwimmkurs 1 14.00 - 14.45					Schwimmkurs 1 14.00 - 14.45					
15 Uhr	Schwimmkurs 2 15.00-15.45				Schwimmkurs 2 15.00-15.45					Schwimmkurs 2 15.00-15.45					
16 Uhr	Schwimmschule 1 (1 Bahn) 16.00 - 16.45		Schwimmschule 2 (1 Bahn) 16.00 - 16.45				Schwimmschule 1 (1 Bahn) 16.00 - 16.45			Schwimmschule 2 (1 Bahn) 16.00 - 16.45				Kindergeburtstag möglich 11.00-12.00 14.30-15.30 17.30-18.30	
17 Uhr	Schnell- schwimmen 1 Bahn	SK TSV 17.15 - 18.00	Schnell- schwimmen 1 Bahn	Aquaback 17.30 - 18.15	Diabetiker 16.45 -17.30	SK DLRG 17.45 - 18.30	Schnell- schwimmen 1 Bahn	Senioren- wasser- gymnastik 17.00 - 17.45 *	SK TSV 17.15 - 18.00	Schnell- schwimmen 1 Bahn	Wasser- gymnastik 17.00-17.45 *				
18 Uhr	Rehasport TSV 18.00-18.45	TSV ab 18.30	Aquaback 18.30 - 19.15		Wassergymnastik 18.30 - 19.15 *					Wassergymnastik 18.00-18.45 *					
19 Uhr	Aquabike 19.15 - 20.00		TSV Triathlon 2 Bahn 19.30 - 20.30												
20 Uhr	Aquabike 20.15 - 21.00														

Agenda: \* Offene Wassergymnastik

Kurse im Kursbecken
Kurse im Nichtschwimmerbecken
Kurse im Schwimmerbecken