

Trainingsplan 2021

Datum	Art	Was
11.01.2021	ABC	Kondition 1
18.01.2021	ABC	Streckentauchen
25.01.2021	PTG	Ausrüstungskonfiguration nach VDST-Standard
01.02.2021	ABC	Verbesserung Schwimmtechnik 1
08.02.2021	ABC	Apnoe Streckentauchen
15.02.2021	Rosenmontag	
22.02.2021	ABC	Apnoe Zeittauchen
01.03.2021	ABC	Rettungsübungen Ziehen/Schleppen
08.03.2021	ABC	Zirkeltraining 1
15.03.2021	ABC	Koordination
22.03.2021	ABC	Kondition 2
29.03.2021	PTG	Rettungsübungen
05.04.2021	Osterferien	
12.04.2021	ABC	Jeder wie er will - Üben unter Aufsicht
19.04.2021	ABC	Verbesserung Schwimmtechnik 2
26.04.2021	ABC	Zeit- und Streckentauchen
03.05.2021	ABC	Verschiedene Flossenschläge
10.05.2021	ABC	Maskenübungen
17.05.2021	ABC	Apnoe Vorbereitung Tieftauchen
24.05.2021	Pfingstferien Apnoe Tieftauchen in Bodensee	
31.05.2021	Pfingstferien	
07.06.2021	PTG	Urlaubsvorbereitung/check dive
14.06.2021	ABC	Kondition 3
21.06.2021	ABC	Verbesserung Schwimmtechnik 3
28.06.2021	PTG	PTG auf Zeit
05.07.2021	ABC	Zirkeltraining 2
12.07.2021	ABC	Sommerolympiade
19.07.2021	ABC	Wasserrally
26.07.2021	Rutenmontag	
02.08.2021	Sommerferien	
09.08.2021	Sommerferien	
16.08.2021	Sommerferien	
23.08.2021	Sommerferien	
30.08.2021	Sommerferien	
06.09.2021	Sommerferien	
13.09.2021	ABC	Verbesserung Schwimmtechnik 4
20.09.2021	ABC	Kondition 4
27.09.2021	ABC	Streckentauchen
04.10.2021	PTG	Verbesserung Tarierung
11.10.2021	ABC	Koordination II
18.10.2021	ABC	Unterwasser Rugby
25.10.2021	ABC	Knotenkunde
01.11.2021	Herbstferien	
08.11.2021	ABC	Zirkeltraining 3
15.11.2021	ABC	Streckentauchen
22.11.2021	ABC	Kondition 5
29.11.2021	ABC	Winterolympiade
06.12.2021	PTG	Tauchen im Winter
13.12.2021	ABC	Weihnachtstauchen
20.12.2021	ABC	Jeder wie er will - Üben unter Aufsicht
27.12.2021	Weihnachtsferien	



Training findet statt im
Hallenbad Ravensburg
Ziegelstrasse 33
88241 Ravensburg