

Trainingsplan 2023

Datum	Art	Was
02.01.2023		Weihnachtsferien
09.01.2023	ABC	Weg mit dem Winterspeck
16.01.2023	ABC	Verbesserung der Schwimmtechnik 1
23.01.2023	PTG	Ausrüstungskonfiguration
30.01.2023	ABC	Tieftauchen
06.02.2023	ABC	Zeittauchen
13.02.2023	PTG	Perfekt Tarieren 1
20.02.2023		Rosenmontag
27.02.2023	ABC	Maskenübungen
06.03.2023	ABC	Streckentauchen
13.03.2023	PTG	Perfekt Tarieren 2
20.03.2023	ABC	Kondition 1
27.03.2023	ABC	Verbesserung der Schwimmtechnik 2
03.04.2023	PTG	Retten und Bergen
10.04.2023		Osterferien
17.04.2023	ABC	weiter und schneller Schnorcheln
24.04.2023	ABC	Urlausvorbereitung
01.05.2023		Tag der Arbeit
08.05.2023	PTG	Urlausvorbereitung/check dive
15.05.2023	ABC	Kondition 2
22.05.2023	ABC	Unterwasserspiele
29.05.2023		Pfingstferien
05.06.2023		Pfingstferien
12.06.2023	ABC	Koordination
19.06.2023	PTG	Luftverbrauch
26.06.2023	ABC	Sommerolympiade
03.07.2023	ABC	Überraschung die erste
10.07.2023	ABC	Überraschung die zweite
17.07.2023	ABC	Teamspiele
24.07.2023		Rutenmontag
31.07.2023		Sommerferien
07.08.2023		Sommerferien
14.08.2023		Sommerferien
21.08.2023		Sommerferien
28.08.2023		Sommerferien
04.09.2023		Sommerferien
11.09.2023	ABC	Zurück in die Hallenbadsaison
18.09.2023	ABC	Koordination
25.09.2023	ABC	Streckentauchen
02.10.2023		Tag der deutschen Einheit
09.10.2023	PTG	Orientierung
16.10.2023	ABC	Verbesserung der Schwimmtechnik 3
23.10.2023	ABC	Tauchsicherheit
30.10.2023		Herbstferien
06.11.2023	PTG	Tauchen im Winter
13.11.2023	ABC	Kondition 3
20.11.2023	ABC	Viereckentauchen
27.11.2023	ABC	Zirkeltraining 2
04.12.2023	PTG	Alles ist möglich
11.12.2023	ABC	Kraft
18.12.2023	ABC	Winterolympiade
25.12.2023		Weihnachtsferien



Das Training findet im
Hallenbad Ravensburg
Ziegelstrasse 33
88241 Ravensburg statt