

Kursplan Sole-Therme Otterndorf

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag						
7 Uhr				Fit in den Tag 07.30 - 08.00 *									
8 Uhr													
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 17.30-18.30	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								
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