

Kursplan Sole-Therme Otterndorf

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag			Freitag		Samstag	Sonntag
	Schnellschwimmen							Schnellsch	nwimmen				
			ahn	<u> </u>				1 Bahn					
7 Uhr			06.00 - 7.30						06.00 - 7.30				
8 Uhr													
													Schnellschwimmen
0.116.4													1 Bahn 08.00 - 09.00
9 Uhr 10 Uhr									 		TSV bis 10.30	08.00 - 09.00	
10 0111	Seniorenwasser-gymnastik											137 013 10.30	
11 Uhr	11.15 - 12.00 *												
12 Uhr													
13 Uhr													
	Schwimmkurs 1				Schwimmkurs 1					Schwimmkurs 1		Kindergeburtstag möglich 11.00-12.00 14.30-15.30	Kindergeburtstag möglich 11.00-12.00 14.30-15.30
14 Uhr	14.00 - 14.45				14.00 - 14.45				14.00 - 14.45				
	Schwimmkurs 2				Schwimmkurs 2					Schwimmkurs 2			
15 Uhr	15.00 - 15.45				15.00 - 15.45					15.00 - 15.45			
	Schwimmschule 1		Schwimmschule 2				Schwimmschule 1			Schwimmschule 2			
	(1 Bahn)		(1 Bahn)				(1 Bahn)			(1 Bahn)			
16 Uhr	16.00 - 16.45		16.00 - 16.45				16.00 - 16.45		16.00 - 16.45				
	Calca alla aku dana a		Calacall				Calamati			Calaras II		17.30-18.30	
	Schnellschwimmen 1 Bahn 16.45 - 18.00		Schnell- schwimmen			SK	Schnell- schwimmen	Senioren-wasser-	SK	Schnell- schwimmen	Wasser-		
	+ TSV (1 Bahn)	Schwimmkurs TSV	1 Bahn	Aquaback	Diabetiker	DRLG	1 Bahn	gymnastik	TSV	1 Bahn	gymnastik		
17 Uhr	17.30 - 18.30	17.15 - 18.00	16.45 - 18.00	•	16.45 - 17.30	17.45 - 18.30		17.00 - 17.45 *		16.45 - 18.00	· ·		
	Rehasport TSV	TSV				Wassergymnastik *				Wassergymnastik			
18 Uhr	18.00 - 18.45	ab 18.30	18.30 - 19.15		18.30 - 19.15					18.00-18.45 *			
	Aquabike		(2 Bahnen)		Wassergymnastik DRK								
19 Uhr	19.15 - 20.00		19.30 - 20.30		19.15 - 20.00								
	Aquabike												
20 Uhr	20.15 - 21.00												

Agenda:

Kurse im Kursbecken

Kurse im Nichtschwimmerbecken

Kurse im Schwimmerbecken

* Offene Wassergymnastik

Stand August 2025