



# DLRG Bad Sobernheim

## Trainingsplan Winter 2019/2020



	Dienstag	Mittwoch		
	<b>17.00 Uhr - 18.00 Uhr</b> Gruppe 1 (S. + R. Jachmann) Hargesheim	<b>16.30 Uhr - 17.30 Uhr</b> Gruppe 2 (D. Weber) Hargesheim	<b>18.30 Uhr - 19.30 Uhr</b> Gruppe 4 (N.Kaufmann, D.Charalambous) Hargesheim	
	<b>18.00 Uhr - 19.00 Uhr</b> Gruppe 1a (A.Kulhanek, J. Bear) Hargesheim	<b>17.30 Uhr - 18.30 Uhr</b> Gruppe 3 (L. Jachmann, L. Budschat) Hargesheim	<b>19.30 Uhr - 20.30 Uhr</b> Schwimmtreff (Britta Kappes) Hargesheim	

### Telefonnummern, Trainer und Ausbilder:

Rajko Jachmann            0 67 51 / 20 57  
Dirk Weber                0177 5241788

### Wichtige Infos:

- Die Abfahrt zum Training ist jeweils eine halbe Stunde vor Trainingsbeginn an der alten Grundschule Bad Sobernheim.