



## Anschlusskader

**Trainer:** Kirsten und Anna

**Training:** montags 17.00 – 18.30 Uhr (Kirsten)

freitags 17.45 – 19.00 Uhr (Anna)

**Trainingsinhalte:**

montags: Technik (Brust, Kraul, Rücken)

freitags: Technik Delphin, Ausdauer

**Wettkampf:** Alle Meldungen laufen über Christian! Bitte e-Mail-Adresse bei ihm abgeben und bei der Rückmeldung angeben, ob ihr teilnehmt und ob ein Elternteil als Fahrer oder Kampfrichter zur Verfügung steht.

**Fahrgemeinschaften:** Wer zu einem WK im Nahbereich mitgenommen wird, zahlt laut Beschluss der Mitglieder-Versammlung 2,00 Euro an den Fahrer (bei weiteren Strecken 5,00 Euro).

**Trainingspause:** In den niedersächsischen Sommerferien haben wir **im August** kein Training. Das Training beginnt nach der Pause am Montag, d. 01.09.2014.

