

Trainingszeiten im Wasser
Schwimmausbildung

	Kinder	Erwachsene
Montag	15:30 – 16:15 (Südbad) 16:15 – 17:00 (Südbad)	
Mittwoch	16:00 – 16:45 (Südbad) 16:45 – 17:30 (Südbad) 17:30 – 18:15 (Südbad) 18:15 – 19:00 (Südbad) 19:00 – 19:45 (Südbad)	20:00 – 20:45 (Südbad)
Freitag	16:00 – 16:45 (Rembergbad) 16:45 – 17:30 (Rembergbad)	
Samstag	11:30 – 12:15 (Rembergbad) 12:15 – 13:00 (Rembergbad)	

Breitensport

	Kinder und Jugendliche	Kleinkindschwimmen	19 Uhr Gruppe
Montag	15:30 – 16:15 (Südbad) 16:15 – 17:00 (Südbad)		
Dienstag	15:30 – 16:15 (Südbad) 16:15 – 17:00 (Südbad)		
Mittwoch	16:00 – 16:45 (Südbad) 16:45 – 17:30 (Südbad) 17:30 – 18:15 (Südbad) 18:15 – 19:00 (Südbad)		19:00 – 20:00 (Südbad)
Freitag		15:00 – 15:30 (Rembergbad)	
Samstag	12:00 – 12:45 (Nordbad)		
Sonntag			

Leistungssport

	Froschgruppe	Förderkader (6 – 7 Jahre)	Kleine Wettkampfgruppe (ab 7 Jahre)	Große Wettkampfgruppe (ab 10 Jahre)
Montag		17:30 – 18:30 (Nordbad)	17:30 – 18:30 (Nordbad)	
Mittwoch		18:15 – 19:15 (Nordbad)	19:00 – 20:00 (Südbad)	19:00 – 20:00 (Südbad)
Donnerstag				
Freitag				19:00 – 20:00 (Südbad)
Samstag		13:00 – 14:00 (Nordbad)	16:30 – 18:00 (Nordbad)	
Sonntag	12:30 – 13:15 (Nordbad) 13:15 – 14:00 (Nordbad)			12:30 – 14:00 (Nordbad)

Aquafitness

Dienstag	17:00 – 18:00 (Rembergbad)
Mittwoch	15:30 – 16:15 (Rembergbad) 19:00 – 19:45 (FWB Heißen) 19:45 – 20:30 (FWB Heißen)
Donnerstag	15:00 – 16:00 (Südbad)
Freitag	20:00 – 21:00 (Südbad)
Samstag	11:10 – 11:55 (Nordbad)

Erwachsenenschwimmen

	Jungsenioren und Masters	Senioren
Mittwoch	20:00 – 21:00 (Südbad)	20:00 – 21:00 (Südbad)
Donnerstag	20:30 – 21:30 (Nordbad)	20:30 – 21:00 (Nordbad)
Samstag	12:00 – 13:00 (Nordbad)	12:00 – 13:00 (Nordbad)