



Sommer- trainingsplan 2016



Tag/Uhrzeit	Trainingsmaßnahme	Verantwortlicher Betreuer	Ort	Bemerkung
Montag 18.00 – 19.30 Uhr	Anfänger, Kentertraining, Schwimmen	Gabi Herrmann, Tel: 0611 601194 (für Erwachsene)	Hallenbad Kleinfeldchen (Eingang Springerbecken) Hollerbornstraße, Wiesbaden	Schwimmsachen sind mitzubringen.
	18.00 – 20.00 Uhr	Wanderpaddeln Fortgeschrittene	Doris v. d. Drift, Tel: 0611 65443	Bootshaus
Dienstag 18:45 - 19.45 Uhr	Zumba Fitness	Cornelia Noack cornelia.noack@gmx.de	Bootshaus	Hallenschuhe Sportkleidung ist mitzubringen
Mittwoch nur nach Absprache	Kanu-Training Erwachsene / Anfänger	Gerd Herrmann, Tel: 0611 601194	Bootshaus	Schwimmwestenpflicht, Sportkleidung ist mitzubringen
Freitag 17.00 – 20.00 Uhr oder nach Absprache 20.00 – 22.00 Uhr	Kanu-Training Erwachsene / Fortgeschrittene	Gabi u. Gerd Herrmann Tel: 0611 601194	Bootshaus	Schwimmwestenpflicht, Material wird auf Anfrage gestellt, Sportkleidung ist mitzubringen
	Hallentraining Volleyball	Joachim Schlüter Tel: 0172-6514426	Freiherr-von-Stein-Schule Turnhalle, Stettiner Straße	Hallenschuhe Sportkleidung ist mitzubringen
Samstag nur nach Absprache 14.00 – 16.00 Uhr	Paddeln, Radfahren, Wandern	Siehe Fahrtenaushänge im Bootshaus, Ankündigungen unter www.wkv-wiesbaden.de oder melde dich für den WKV Newsletter an	Bootshaus	Schwimmwestenpflicht, Material wird auf Anfrage gestellt, Sportkleidung ist mitzubringen
	Samstagspaddeln	Gerd Herrmann, Tel: 0611 601194		Schwimmwestenpflicht, Material wird auf Anfrage gestellt, Sportkleidung ist mitzubringen
Sonntag nur nach Absprache	Paddeln, Radfahren, Wandern	Siehe Fahrtenaushänge im Bootshaus, Ankündigungen unter www.wkv-wiesbaden.de oder melde dich für den WKV Newsletter an	Bootshaus	Schwimmwestenpflicht, Material wird auf Anfrage gestellt, Sportkleidung ist mitzubringen