



Mitglied des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK

SEKTION Wil Jugendgruppe

9500 Wil

Jugendtraining der SLRG Sektion Wil Gruppe 3a und 3b 2022/2023

Trainingszeiten Donnerstag:

3a: 19:00-20:00 Uhr

3b: 20:00-21:00Uhr

Datum	Trainingsthema	Besonderes
21.08.2022	Interner Vereinswettkampf	Infos folgen
18.08.2022	Kraul Repetition	
25.08.2022	Beinschlag	
01.09.2022	Flossen schwimmen	Flossen mitnehmen
02.09. – 04.09.2022	Trainingslager Flumserberg	Mit Anmeldung
08.09.2022	Rücken Repetition	
15.09.2022	Rettungsschwimmen	
17.09.+18.09.2022	24h Schwimmen mit SLRG Toggenburg	
22.09.2022	Kraul, Rücken mit Wende Vertiefung	
29.09.2022	Spielstunde	
01.10. – 23.10.2022	Herbstferien Erwachsenen Training Donnerstag 21:00-22:00	
	Jugendbrevet / Kombikurs	Infos folgen
27.10.2022	Brust Repetition	
03.11.2022	Nothilfe	
10.11.2022	Delfin Einführung	
17.11.2022	Delfin Vertiefung	
24.11.2022	Koordination	
01.12.2022	Rücken, Brust, Kraul	
07.12.2022	Chlausabend	Infos folgen
08.12.2022	Kein Training (Chlaus am Mittwoch)	
15.12.2022	Kleiderschwimmen	Saubere Kleidung*
22.12.2022	Spielstunde	
24.12.2022 – 08.01.2023	Weihnachtsferien	
12.01.2023	Neujahrsschwimmen	
19.01.2023	Ausdauer	
26.01.2023	ABC Tauchen	Flossen, Schnorchel und Taucherbrille mitnehmen
02.02.2023	Kein Training	
04.02. – 12.02.2023	Winterferien Erwachsenen Training Donnerstag 21:00-22:00	
	Nachtschwimmen	Infos folgen
16.02.2023	Rettungsschwimmen	
23.02.2023	Brust, Kraul und Rücken	
02.03.2023	Flossenschwimmen	Flossen mitnehmen
09.03.2023	Nothilfe	
16.03.2023	Koordination	
23.03.2023	Rettungsschwimmen	
30.03.2023	Brust, Kraul und Rücken	

SLRG Sektion Wil Jugendgruppe

Bankverbindung:
 St. Galler Kantonalbank
 9001 St. Gallen

Konto Nr.
 Clearing Nr.
 IBAN

90-219-8
 781
 CH69 0078 1605 6845 6200 3



Ihre Rettungsschwimmer



Mitglied des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK

SEKTION Wil Jugendgruppe

9500 Wil

05.04.2023	Säntispark	Infos folgen
07.04. – 23.04.2023	Frühlingsferien Erwachsenen Training Donnerstag 21:00-22:00	
27.04.2023	Schnelligkeit und Reaktion	
04.05.2023	Freitauchen, Hindernistauchen	
11.05.2023	Schnuppertraining	
18.05.2023	Auffahrt	kein Training
25.05.2023	Nothilfe	
01.06.2023	Rettungsschwimmen	
08.06.2023 19:30-20:30 Uhr	Badiprogramm (Rettungsbrett, Rettungsleine)	In der Badi Wil Infos folgen
15.06.2023	Startsprung und Wenden	
22.06.2023	Greenyprogramm 🐸	
29.06.2023	Spielstunde	
	Wettkampf Grenchen	Infos folgen
06.07.2023	kein Training Wartungsarbeiten im Hallenbad	

** Bitte nimm für das Kleiderschwimmen saubere lange Hosen und ein sauberes langarm Shirt mit.
 🐸 Greeny ist unser Vereinsmaskottchen. Vor den Sommerferien möchten wir mit allen Jugendlichen ein kleines Spezialprogramm absolvieren. Um zu schauen, was sie alles im letzten Jahr gelernt haben.*

Um für alle Teilnehmer inkl. Leitung ein angenehmes Training zu gestalten haben wir Regeln erstellt. Bitte halte dich daran Es ermöglicht uns allen ein tolles Training:

- * Beckenrand und Leine sind zur Bahnabgrenzung da, nicht zum Pausen machen
- * Bahnlänge geht von Beckenrand zu Beckenrand
- * Nach jeder Übung auf die Fensterbank sitzen, zusammenrutschen und die äusserste Person sitzt bei der Leiter
- * Schwimmbrille erleichtert das Training
- * Für Mädels Haare bitte zusammenbinden und ganze Badehosen anziehen
- * Bei Trainingsbeginn und -abschluss bitte die Bahn via Land Richtung Treppe zur Dusche verlassen

Bei Trainingsabwesenheit, darfst du dich gerne am Trainingstag mit einem Whats app / SMS beim Vereinsnattel abmelden. Die Nummer lautet: 076 282 64 90. (Wir verschicken keine Bestätigung, unser Vereinsnattel befindet sich immer im Hallenbad)

Bei Fragen oder sonstigen Anliegen, auf die ihr eine Antwort benötigt, dürft ihr euch gerne bei Martina Brander (071 565 83 73 oder martina.branderslrg-wil.ch) melden.

SLRG Sektion Wil Jugendgruppe

Bankverbindung:
 St. Galler Kantonalbank
 9001 St. Gallen

Konto Nr.
 Clearing Nr.
 IBAN

90-219-8
 781
 CH69 0078 1605 6845 6200 3



Ihre Rettungsschwimmer