Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Société Suisse de Sauvetage SSS
Società Svizzera di Salvataggio SSS
Societad Svizra da Salvament SSS

Mitglied des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK

SEKTION Wil Jugendgruppe
9500 Wil

Jugendtraining der SLRG Sektion Wil
Gruppe 3a / 3b - 2026/2027

Trainingszeiten Donnerstag:
3a: 19.00-20.00 Uhr
3b: 20.00-21.00 Uhr

Datum	Trainingsthema	Besonderes
13.08.2026	Startsprung/Wenden	
16.08.2026	**Interner Vereinswettkampf**	**Mit Anmeldung**
20.08.2026	Koordination	
27.08.2026	Kraul 1	
03.09.2026	Kraul 2	
04.-06.09.2026	**Trainingslager Flumserberg**	**Mit Anmeldung**
10.09.2026	Rettungsschwimmen	
17.09.2026	Puppenschwimmen	
24.09.2026	Delfin 1	
26.09. – 18.10.2026	**Herbstferien Aktivtraining Do 21:00-22:00 Uhr**	
22.10.2026	Delfin 2	
29.10.2026	Ausdauer/Sprint/Intervall	
05.11.2026	Stafetten	
12.11.2026	Tauchen	
19.11.2026	Kleiderschwimmen *Bitte saubere leichte Kleidung, dünne Hosen und langarm Shirt mitbringen*	
26.11.2026	Brust 1	
28.11.2026	**Schnupperwettkampf Schaffhausen**	**Mit Anmeldung**
02.12.2026	**Chlausabend**	**Mit Anmeldung**
03.12.2026	Kein Training, Chlaus am Mittwoch	
10.12.2026	Brust 2	
17.12.2026	Spielstunde	
19.12.2026 – 03.01.2027	**Weihnachtsferien**	
07.01.2027	Ausdauer/Sprint/Intervall	
14.01.2027	Flossenschwimmen	
21.01.2027	Rücken 1	
28.01.2027	Rücken 2	
04.02.2027	kein Training	
06.-14.02.2027	**Winterferien Aktivtraining Do 21:00-22:00 Uhr**	
	Nachtschwimmen	**Mit Anmeldung**
18.02.2027	Rettungsschwimmen	
25.02.2027	Brust	
04.03.2027	Koordination	
11.03.2027	Rücken	
18.03.2027	Hindernisschwimmen/Tauchen	
25.03.2027	Stafetten	
01.04.2027	Puppenschwimmen	

Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Société Suisse de Sauvetage SSS
Società Svizzera di Salvataggio SSS
Societad Svizra da Salvament SSS

Mitglied des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK

SEKTION Wil Jugendgruppe

9500 Wil

07.04.2027	**Säntispark**	**Mit Anmeldung**
08.04.2027	Kein Training, Säntispark am Mittwoch	
10.– 25.04.2027	**Frühlingsferien Aktivtraining Do 21:00-22:00 Uhr**	
29.04.2027	Nothilfe	Im Trocknen
06.05.2027	Auffahrt, kein Training	
13.05.2027	Flossenschwimmen	
20.05.2027	Wettkampfdisziplinen	
27.05.2027	Kraul	
03.06.2027	Startsprung/Wenden	
10.06.2027	Greenyprogramm☝	
17.06.2027	Spielstunde	
24.06.2027	Rettungsschwimmen	
01.07.2027	Sommertraining bei schönem Wetter im Freibad Oberuzwil	Schlechtwettervariante Hallenbad Oberuzwil
08.07.2027	kein Training Wartungsarbeiten im Hallenbad	

☝ Vor den Sommerferien machen wir mit allen Jugendlichen ein Greeny-Spezialprogramm Unser Maskottchen Greeny möchte nämlich sehen, was ihr dieses Jahr alles gelernt habt — und natürlich zusammen Spass haben.

Damit unser Training für alle — inklusive Leitung — angenehm, sicher und effizient bleibt, gelten folgende Regeln:

- **Beckenrand & Leine** — Sie dienen zur Abgrenzung der Bahn, nicht als Pausenplatz.
- **Bahnlänge** — Eine Bahn geht immer von Beckenrand zu Beckenrand.
- **Fensterbank-Regel** — Nach jeder Übung setzen sich alle auf die Fensterbank, rücken zusammen, und die äusserste Person sitzt bei der Leiter.
- **Schwimmbrille** — Eine Schwimmbrille erleichtert das Training deutlich.
- **Haare & Badebekleidung** — Lange Haare bitte zusammenbinden; Mädchen tragen bitte eine vollständige Badehose/Badeanzug.
- **Bahn verlassen** — Zu Beginn und am Ende des Trainings wird die Bahn über den Landweg Richtung Treppe/Dusche verlassen.
- **Ferien = Extra-Power** — Während den Schulferien dürft ihr im Aktiv-Training mittrainieren – kommt vorbei, bleibt in Bewegung und zeigt, was in euch steckt.
- **Schnuppertraining** — Zweimal jährlich (Juni & Januar) bieten wir Schnuppertrainings an. Eine schriftliche Anmeldung ist erforderlich.
- **Trainingsabmeldung** Wenn du einmal nicht ins Training kommen kannst, meldest du dich ganz einfach über die App ab.
- **Fragen & Unklarheiten,** Wenn du etwas nicht verstehst oder eine Frage hast, kannst du dich direkt über die App bei Martina (Jugendverantwortliche) melden.