

# Struer Svømmeklub

Holdplan - jan-jun 2018



## BABYSVØMNING, lille bassin

0-3½ år ledsaget af forældre

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
Babysvømning	Lørdag	BS	09.00 - 11.30	2 x 590

## PLASK OG LEG, lille bassin

Fra 3-6 år

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
Plask og leg 1 gang pr. uge	Fredag	P1	17.00 - 17.30	2 x 610
	Tirsdag	P3	16.30 - 17.00	2 x 610
	Onsdag	P4	17.30 - 18.00	2 x 610

## BØRNEUNDERVISNING, lille bassin

Fra 6 år og ældre

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
Begynder 1 gang pr. uge	Mandag	L2	16.15 - 17.00	2 x 790
	Mandag	L3	17.00 - 17.45	2 x 790
	Tirsdag	L4	17.00 - 17.45	2 x 790
	Tirsdag	L5	17.45 - 18.30	2 x 790
	Tirsdag	L6	18.30 - 19.15	2 x 790
	Tirsdag	L7	19.15 - 20.00	2 x 790
	Onsdag	L8	16.00 - 16.40	2 x 790
	Onsdag	L9	16.45 - 17.30	2 x 790
	Onsdag	L11	18.15 - 19.00	2 x 790

## BØRNUNDERVISNING, stort bassin

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
Lidt øvede 1 gang pr. uge	Mandag	M1	17.00 - 17.45	2 x 790
	Tirsdag	M2	17.00 - 17.45	2 x 790
	Tirsdag	M3	18.30 - 19.15	2 x 790
	Onsdag	M4	16.00 - 16.45	2 x 790
	Onsdag	M5	16.45 - 17.30	2 x 790
	Onsdag	M6	18.15 - 19.00	2 x 790
Øvede 2 gange pr. uge	Tirsdag	N1	17.45 - 18.25	2 x 830
	Lørdag		11.00 - 11.45	
	Onsdag	N2	17.30 - 18.15	2 x 830
	Lørdag		11.00 - 11.45	

## MOTIONSSVØMNING

Voksen motion / nybegynder

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
Aquafitness	Torsdag	AQU	20.00 - 20.45	2 x 420
Start2Crawl 4 gange pr. uge	Tirsdag	S2C	19.15-19.45	2 x 800
	Onsdag		19.00-19:45	
	Torsdag		20.45-21.45	
	Lørdag		09.00 - 10.00	
Voksen motion/nybegy	Mandag	V	20.00 - 21.30	2 x 590

## KONKURRENCESVØMNING

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
K1 6 gange pr. uge	Mandag	K1	15.45 - 17.45	2 x 1140
	Tirsdag		17.45 - 19.45	
	Onsdag		16.00 - 17.30	
	Torsdag		20.00 - 21.45	
	Fredag		17.00 - 18.45	
	Lørdag		09.00 - 11.00	
K2 4 gange pr. uge	Mandag	K2	15.45 - 17.00	2 x 1020
	Onsdag		18.15 - 19.45	
	Fredag		17.00 - 18.00	
	Lørdag		10.00 - 11.45	
Talent 3 gange pr. uge	Tirsdag	T1	16.30 - 17.45	2 x 880
	Onsdag		17.30 - 18.15	
	Fredag		18.00 - 18.45	

**Vi optager nye medlemmer hele året rundt!**

Indmeldelse og betaling skal ske på:

[www.struer-svømmeklub.dk](http://www.struer-svømmeklub.dk)

Ønsker du yderligere oplysninger så tag et kig på vores hjemmeside. Du kan også ringe på tlf. 30 12 72 12 eller sende en mail til: [struer.svømmeklub@gmail.com](mailto:struer.svømmeklub@gmail.com)