



Gruppenprogramm APS Aquapolysportive Förderung

Trainerteam

hauptverantwortlich: Ladina Aeschimann

weitere Trainer*innen: Sandra Liesch
Sascha Degen



Trainingszeiten Saison 24/25

Tag	Zeit	Land	Wasser inkl. Einturnen/Stretching	Trainer/in
Montag	16.15-17.45		Gitterli Schwimmen	Ladina
Mittwoch	15.00-16.00	draussen		Sascha
	16.15-17.30		Gitterli Schwimmen	Ladina
Freitag	16.15-17.45		Gitterli Schwimmen	Sandra

Bitte beachtet

- Die drei Schwimmtrainings und das Landtraining müssen regelmässig besucht werden, damit die Gruppenziele erreicht werden können.
- In den BL-Schulferien findet grundsätzlich kein Training statt.
- In den Frühlingsferien findet ein polysportives Kids-Trainingslager statt. Dieses gehört zum Ausbildungsprogramm und soll möglichst von allen Kindern besucht werden. Ausnahmen sind rechtzeitig mit der Trainerin abzusprechen.
- Im Mai oder Juni findet das Trainingsweekend statt.
- Die Kinder mit Jahrgang 2013/14 starten an den Futura-Wettkämpfen (3x pro Jahr).
- Kinder, die das Training regelmässig besuchen, werden für weitere regionale Wettkämpfe aufgeboten.
- Zwischen den Frühlings- und Herbstferien findet das MI-Landtraining draussen statt. Treffpunkt ist um 15:00 Uhr vor dem Eingang des Gitterlibades. Zwischen den Herbst- und Frühlingsferien findet das MI-Landtraining in der Frenken-Turnhalle statt. Infos dazu folgen.