

# Struer Svømmeklub

Holdplan 2021-2022



## BABYSVØMNING, lille bassin

0-3½ år ledsaget af forældre

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	10 turs
Babysvømning	Lørdag	BS	09.00 - 11.30	375-430

## PLASK OG LEG, lille bassin

Fra 3-6 år

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
Plask og leg	Fredag	P1	17.00 - 17.30	2 x 650
1 gang pr. uge	Tirsdag	P3	16.30 - 17.00	2 x 650
	Onsdag	P4	17.30 - 18.00	2 x 650

## BØRNEUNDERVISNING, lille bassin

Fra 6 år og ældre

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
Begynder	Mandag	L2	16.15 - 17.00	2 x 840
1 gang pr. uge	Mandag	L3	17.00 - 17.45	2 x 840
	Tirsdag	L4	17.00 - 17.45	2 x 840
	Tirsdag	L5	17.45 - 18.30	2 x 840
	Tirsdag	L6	18.30 - 19.15	2 x 840
	Onsdag	L8	16.00 - 16.40	2 x 840
	Onsdag	L9	16.45 - 17.30	2 x 840
	Onsdag	L11	18.15 - 19.00	2 x 840

## BØRNUNDERVISNING, stort bassin

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
Lidt øvede	Mandag	M1	17.00 - 17.45	2 x 840
1 gang pr. uge	Tirsdag	M2	17.00 - 17.45	2 x 840
	Onsdag	M4	16.00 - 16.45	2 x 840
	Onsdag	M6	18.15 - 19.00	2 x 840
Øvede	Tirsdag	N1	17.45 - 18.25	2 x 890
2 gange pr. uge	Lørdag		11.00 - 11.45	
	Onsdag	N2	17.30 - 18.15	2 x 890
	Lørdag		11.00 - 11.45	

## SPECIALHOLD

Børn med udfordringer

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
BMU	Tirsdag	BMU	16.00 - 16.45	2 x 840

## MOTIONSSVØMNING

Voksen motion / nybegynder

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
Aquafitness	Mandag	AQU	20.00 - 20.45	2 x 460
Start2Crawl	Tirsdag	S2C	19.15 - 19.45	2 x 860
4 gange pr. uge	Onsdag		19.00 - 19.45	
	Torsdag		20.00 - 21.00	
	Lørdag		09.00 - 10.00	
Junior Motion	Tirsdag	JM	18.30 - 19.45	2 x 860
3 gange pr. uge	Onsdag		19.00 - 19.45	
	Torsdag		20.00 - 21.00	
Voksen nybegynder	Onsdag	V1	19.00 - 19.45	2 x 840
Voksen motion	Mandag	V	20.00 - 21.30	2 x 630

## KONKURRENCESVØMNING

Hold	Dag	Nr.	Tidspunkt	Pr. år
K1 6 gange pr. uge	Mandag	K1	15.45 - 17.45	2 x 1230
	Tirsdag		17.45 - 19.45	
	Onsdag		16.00 - 17.30	
	Torsdag		19.45 - 21.30	
	Fredag		17.00 - 18.45	
	Lørdag		09.00 - 11.00	
K2 4 gange pr. uge	Mandag	K2	15.45 - 17.00	2 x 1100
	Onsdag		18.15 - 19.45	
	Fredag		17.00 - 18.00	
	Lørdag		10.00 - 11.45	
Talent 3 gange pr. uge	Tirsdag	T1	16.00 - 17.45	2 x 950
	Onsdag		16.45 - 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)