

Struer Svømmeklub

Holdplan 2024-2025

Reduceret pga Brand



BØRNEUNDERVISNING, STORT bassin

Fra 6 år og ældre

| Hold | Dag | Nr. | Tidspunkt | Pr. år |
|----------------------------|---------|-----|---------------|---------|
| Begynder 1 gang pr. uge | Mandag | BG1 | 16.15 - 17.00 | 2 x 880 |
| | Tirsdag | BG2 | 18.00 - 18.45 | 2 x 880 |
| | Onsdag | BG3 | 16.45 - 17.30 | 2 x 880 |

BØRNUNDERVISNING, stort bassin

| Hold | Dag | Nr. | Tidspunkt | Pr. år |
|------------------------------|---------|-----|---------------|---------|
| Lidt øvede 1 gang pr. uge | Mandag | M1 | 17.00 - 17.45 | 2 x 880 |
| | Tirsdag | M2 | 17.00 - 17.45 | 2 x 880 |
| | Onsdag | M4 | 16.00 - 16.45 | 2 x 880 |
| | Onsdag | M6 | 18.15 - 19.00 | 2 x 880 |

SPECIALHOLD

Børn & Voksne med udfordringer

| Hold | Dag | Nr. | Tidspunkt | Pr. år |
|-----------------------|---------|-----|---------------|---------|
| Børn med udfordringer | Tirsdag | BMU | 16.30 - 17.15 | 2 x 880 |

MOTIONSSVØMNING

Voksen motion / nybegynder

| Hold | Dag | Nr. | Tidspunkt | Pr. år |
|--------------------------------|---------|-----|---------------|---------|
| Aquafitness | Mandag | AQU | 20.00 - 20.45 | 2 x 485 |
| Start2Crawl 4 gange pr. uge | Tirsdag | S2C | 18.45 - 19.45 | 2 x 905 |
| | Onsdag | | 18.15 - 19.00 | |
| | Torsdag | | 19.45 - 20.45 | |
| | Lørdag | | 09.00 - 10.15 | |
| Voksen motion | Mandag | V | 20.00 - 21.30 | 2 x 660 |

KONKURRENCESVØMNING

| Hold | Dag | Nr. | Tidspunkt | Pr. år |
|---------------------------|---------|-----|---------------|----------|
| K1 6 gange pr. uge | Mandag | K1 | 16.00 - 17.45 | 2 x 1290 |
| | Tirsdag | | 17.45 - 19.45 | |
| | Onsdag | | 16.00 - 17.30 | |
| | Torsdag | | 19.45 - 20.45 | |
| | Fredag | | 17.00 - 18.45 | |
| | Lørdag | | 09.00 - 11.00 | |
| K2 4 gange pr. uge | Mandag | K2 | 16.00 - 17.45 | 2 x 1155 |
| | Onsdag | | 16.00 - 17.30 | |
| | Fredag | | 17.00 - 18.45 | |
| | Lørdag | | 09.00 - 11.00 | |
| Talent 3 gange pr. uge | Tirsdag | T1 | 16.30 - 17.45 | 2 x 995 |
| | Onsdag | | 17.30 - 19.00 | |
| | Fredag | | 17.00 - 18.00 | |

Vi optager nye medlemmer hele året rundt!

Indmeldelse og betaling skal ske på:

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

www.struer-svømmeklub.dk