

Kadermaßnahmen Saison 2019-20 Schwimmen, Freiwasserschwimmen



Landesstützpunkt Erlangen

Stützpunktleiter: Roland Böller (roland.boeller@gmx.de)

Tageslehrgänge 2019 (Jahrgänge 2005 u.ä. – 19/121)

Lehrgangsführung: Roland Böller
Lehrgangsort: Hannah-Stockbauer-Schwimmhalle, Hartmannstr. 121, 91058 Erlangen
Trainingszeiten: jeweils 8.00-10.00 und 16.00-18.00 (Schwimmen) sowie
10.00-11.30 und
15.00-16.00 (Land)
Anmeldung: auf Nachfrage unter roland.boeller@gmx.de

Termine:

05.10.2019	09.11.2019	21.12.2019
27.12.2019	28.12.2019	30.12.2019

Tageslehrgänge 2020 (Jahrgänge 2005 u.ä.)

Lehrgangsführung: Roland Böller
Lehrgangsort: Hannah-Stockbauer-Schwimmhalle, Hartmannstr. 121, 91058 Erlangen
Trainingszeiten: jeweils 8.00-10.00 und 16.00-18.00 (Schwimmen) sowie
10.00-11.30 und
15.00-16.00 (Land)
Anmeldung: auf Nachfrage unter roland.boeller@gmx.de

Termine:

25.01.2020	08.02.2020	15.02.2020
22.02.2020	07.03.2020	21.03.2020
25.04.2020	16.05.2020	23.05.2020
20.06.2020		

Speziallehrgänge 2019

Lehrgang: Höhentrainingslager
Lehrgangsort: Pretoria, Südafrika
Lehrgangsleitung: Roland Böller
Termin: 15.10.-05.11.2019
Eine begrenzte Anzahl an freien Plätzen auf Anfrage verfügbar

Speziallehrgänge 2020

Lehrgang: Das Training der aeroben Kapazität I
Lehrgangsort: Hannah-Stockbauer-Schwimmhalle, Hartmannstr. 121, 91058 Erlangen
Termin: 02.-06.01.2020
Anmeldung: roland.boeller@gmx.de

Lehrgang: Das Training der aeroben Kapazität II
Lehrgangsort: Hannah-Stockbauer-Schwimmhalle, Hartmannstr. 121, 91058 Erlangen
Termin: 24.-28.02.2020
Anmeldung: roland.boeller@gmx.de

Lehrgang: Anaerobic and aerobic power
Lehrgangsort: Hannah-Stockbauer-Schwimmhalle, Hartmannstr. 121, 91058 Erlangen
Termin: 01.-13.06.2020
Anmeldung: roland.boeller@gmx.de

Auswahlwettkampf 2020

Wettkampf: 22. Piranha-Meeting
Ort: Hannover
Betreuung: Roland Böller
Termin: 28..02.-01.03.2020
Meldeschluss: 10.02.2020 unter roland.boeller@gmx.de
Die Teilnahme ist ausschließlich Kadersportlern vorbehalten

Teilnahme an Speziallehrgängen der anderen Landesstützpunkte auf Anfrage möglich.

Landesstützpunkt München

Stützpunktleiterin: Sheela Schult (schult@bayerischer-schwimmverband.de)

Tageslehrgänge 2019 (Jahrgänge 2009/2010 – 19/206)

Lehrgang: Sichtungislehrgang für die 5./6. Klasse der Eliteschule des Sports (Gymnasium München Nord)
Lehrgangsnummer: 19/206-1
Termin: 20.11.2019
Lehrgangsleitung: Benedikt Schubert
Weitere Trainer: Sheela Schult
Lehrgangsort: Schulschwimmhalle Lindwurmstraße 90, 80333 München
Trainingszeiten: 8.30-14.50 Uhr
Anmeldung: schubert@bayerischer-schwimmverband.de

Tageslehrgänge 2019 (Jahrgänge 2007-2009 – 19/206)

Lehrgang: Technik I – Wenden
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2007-2009
Termine: 26.10.2019
Lehrgangsleitung: Marc Schmid
Weitere Trainer: Maria Roas
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Olympiastützpunkt Bayern, Spiridon-Louis-Ring 25, 80809 München
Trainingszeiten: Schwimmen 8.00-10.00 Uhr, Theorie 10.00-11.00 Uhr, Kraiftraining 14.00-15.00 Uhr, Schwimmen 16.00-18.00
Teilnehmerzahl: maximal 18 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Tageslehrgänge 2020 (Jahrgänge 2007-2009)

Lehrgang: LVT – Was ist wichtig? Vorbereitungslehrgang
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2007-2010
Termine: 22.02.2020
Lehrgangsleitung: tbd
Weitere Trainer: tbd
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Trainingszeiten: ca. 8.00-18.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 18 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Techniktag 1: Wenden
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2007-2009
Termine: 01.05.2020
Lehrgangsleitung: tbd
Weitere Trainer: tbd
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Trainingszeiten: ca. 8.00-18.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 18 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Techniktag 2: Starts
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2007-2009
Termine: 02.05.2020
Lehrgangsleitung: tbd
Weitere Trainer: tbd
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Trainingszeiten: ca. 8.00-18.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 18 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Tageslehrgänge 2019 (Jahrgänge 2004-2006)

Lehrgang: Warm Up – richtiges Aufwärmen für Wasser und Land
Altersgruppe: Jahrgänge 2004-2006
Termin: 13.10.2019
Lehrgangsleitung: Florian Zeltenhammer
Weitere Trainer: Dimitris Goudinoudis
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Olympiastützpunkt Bayern, Spiridon-Louis-Ring 25, 80809 München
Trainingszeiten: Krafttraining 15.00-16.45 Uhr, Schwimmen 17.00-20.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 14 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Tageslehrgänge 2020 (Jahrgänge 2004-)

Lehrgang: Working in the Speed Lab
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2004-2006
Termine: 12.01.2020
Lehrgangsleitung: Felix Bongarz
Weitere Trainer: Sheela Schult
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Olympiastützpunkt Bayern, Spiridon-Louis-Ring 25, 80809 München
Trainingszeiten: Krafttraining 15.00-16.45 Uhr, Schwimmen 17.15-19.30
Teilnehmerzahl: maximal 16 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Mobilität für alle Lagen
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2004-2006
Termine: 25.01.2020
Lehrgangsleitung: tbd
Weitere Trainer: tbd
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Trainingszeiten: ca. 8.00-18.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 18 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Kick it!
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2004-2006
Termine: 22.02.2020
Lehrgangsleitung: tbd
Weitere Trainer: tbd
Lehrgangsort: tbd
Trainingszeiten: ca. 8.00-18.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 18 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Techniktag 1: Wende
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2004-2006
Termine: 01.05.2020
Lehrgangsleitung: tbd
Weitere Trainer: tbd
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Trainingszeiten: ca. 8.00-18.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 18 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Techniktag 2: Starts
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2007-2009
Termine: 02.05.2020
Lehrgangsleitung: tbd
Weitere Trainer: tbd
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Trainingszeiten: ca. 8.00-18.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 18 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Tageslehrgänge 2019 (Jahrgänge 2005 u.ä. – 19/206)

Lehrgang: Athletischer Saisonstart: Sprungkraft
Termin: 21.09.2019 (7.30-ca. 12.00Uhr)
Lehrgangsleitung: Sheela Schult
Weitere Trainer: Felix Bongarz, Sprungtrainer (AirHop München)
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
AirHop München, Ingolstädter Straße 172, 80939 München
Trainingszeiten: Schwimmen 7.30-9.30 Uhr, Sprungkraft 11.00-12.00 Uhr
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Krafttraining – Einführung in das Langhanteltraining
Altersgruppe: Jahrgänge 2003-2005
Termine: 12 Termine (aufeinander aufbauend), immer freitags 20.09.-13.12.2019
Lehrgangsleitung: Sheela Schult
Weitere Trainer: Felix Bongarz, Florian Zeltenhammer
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Olympiastützpunkt Bayern, Spiridon-Louis-Ring 25, 80809 München
Trainingszeiten: Krafttraining 16.30-18.15, Schwimmen 18.30-20.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 14 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Krafttraining – Tipps und Tricks für Fortgeschrittene
Altersgruppe: Jahrgänge 2002 und älter
Termine: 12 Termine (aufeinander aufbauend), immer donnerstags 26.09.-19.12.2019
Lehrgangsleitung: Sheela Schult
Weitere Trainer: Felix Bongarz, Florian Zeltenhammer
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Olympiastützpunkt Bayern, Spiridon-Louis-Ring 25, 80809 München
Trainingszeiten: Krafttraining 16.30-18.15 Uhr, Schwimmen 18.30-20.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 14 Teilnehmer (Erfahrung im Krafttraining erforderlich)
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Krafttraining – Intensivlehrgang „Olympisches Heben“
Altersgruppe: Jahrgänge 2003 und älter
Termin: 06.10.2019
Lehrgangsleitung: Sheela Schult
Weitere Trainer: Felix Bongarz, Florian Zeltenhammer
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
CrossFiteo, Weltenburger Str. 6, 81677 München
Trainingszeiten: 11.00-12.00Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 14 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Krafttraining – die perfekte Kniebeuge
Altersgruppe: Jahrgänge 2004-2005
Termine: 24.11.2019
Lehrgangsleitung: Sheela Schult
Weitere Trainer: Florian Zeltenhammer
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Olympiastützpunkt Bayern, Spiridon-Louis-Ring 25, 80809 München
Trainingszeiten: Krafttraining 15.00-16.45 Uhr, Schwimmen 17.00-19.30 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 14 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Tageslehrgänge (Jahrgänge 2005 u.ä.)

Lehrgang: Krafttraining für Schwimmer I
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2005 u.ä.
Termine: 09.01. / 16.01. / 23.01. / 30.01. / 06.02. / 13.02. / 20.02. / 27.02. / 05.03. /
12.03. / 19.03. / 26.03.
Lehrgangsleitung: Florian Zeltenhammer
Weitere Trainer: Sheela Schult
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Olympiastützpunkt Bayern, Spiridon-Louis-Ring 25, 80809 München
Trainingszeiten: Krafttraining 16.30-18.15 Uhr, Schwimmen 18.30-20.00 Uhr
Teilnehmerzahl: begrenzt
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Krafttraining für Schwimmer II
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2005 u.ä.
Termine: tbd
Lehrgangsleitung: Florian Zeltenhammer
Weitere Trainer: Sheela Schult
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Olympiastützpunkt Bayern, Spiridon-Louis-Ring 25, 80809 München
Trainingszeiten: Krafttraining 16.30-18.15 Uhr, Schwimmen 18.30-20.00 Uhr
Teilnehmerzahl: begrenzt
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Tageslehrgänge (Jahrgänge 2002-2008 – 19/206)

Lehrgang: Staffelwechsel – schneller Starten
Altersgruppe: Jahrgänge 2002-2008
Termine: 16.11.2019
Lehrgangsleitung: Maria Roas
Weitere Trainer: Marc Schmid
Lehrgangsort: Olympiaschwimmhalle, Coubertinplatz 1, 80809 München
Olympiastützpunkt Bayern, Spiridon-Louis-Ring 25, 80809 München
Trainingszeiten: Schwimmen 8.00-10.00 Uhr, Theroie 10.00-11.00 Uhr, Krafttraining 14.00-
15.00 Uhr, Schwimmen 16.00-18.00
Teilnehmerzahl: maximal 18 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Speziallehrgänge

Lehrgang: Höhentrainingslager
Lehrgangsnummer: 19/207
Lehrgangsort: Maso Corto, Italien
Lehrgangsleitung: Sheela Schult
Termin: 21.10.-12.11.2019
Eine begrenzte Anzahl an freien Plätzen auf Anfrage verfügbar

Lehrgang: Umfangstrainingslager mit Wettkampf (Schwimmmeeting Bozen)
Lehrgangsort: Mittersill, Italien
Lehrgangsleitung: Dimitris Goudinoudis
Termin: 28.10.-03.11.2019
Anfragen: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Umfangstrainingslager
Lehrgangsnummer:
Altersgruppe: Jahrgänge 2007-2009
Termine: 24.-29.02.2020
Lehrgangsleitung: tbd
Weitere Trainer: tbd
Lehrgangsort: Schulschwimmhalle Lindwurmstraße 90, 80333 München
Trainingszeiten: jeweils 8.00-10.00 und 16.00-19.00 Uhr
Teilnehmerzahl: maximal 18 Teilnehmer
Anmeldung: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Lehrgang: Vorbereitung DM Freiwasser
Lehrgangsort: Burghausen
Lehrgangsleitung: tbd
Termin: 03.-10.06.2020
Anfragen: schult@bayerischer-schwimmverband.de

Teilnahme an Speziallehrgängen der anderen Landesstützpunkte auf Anfrage möglich.

Landesstützpunkt Würzburg

Stützpunktleiter: Stefan Lurz (stlurz@onlinehome.de)

Tageslehrgänge 2019 (19/131)

Lehrgangsleitung: Stefan Lurz
Lehrgangsort: Wolfgang-Adami-Bad, Oberer Bogenweg 1, 97074 Würzburg
Trainingszeiten: täglich 8.00-17.00
Anmeldung: Stephanie Sefrin, office@svw05.de

Termine: 19./20.10.2019 09./10.11.2019 14./15.12.2019

Tageslehrgänge 2020

Lehrgangsleitung: Stefan Lurz
Lehrgangsort: Wolfgang-Adami-Bad, Oberer Bogenweg 1, 97074 Würzburg
Trainingszeiten: täglich 8.00-17.00
Anmeldung: Stephanie Sefrin, office@svw05.de

Termine: 11./12.01.2020 08./09.02.2020 22./23.02.2020
07./08.03.2020 21./22.03.2020 18./19.04.2020
09./10.05.2020 23./24.05.2020 06/07.06.2020
20./21.06.2020

Speziallehrgang

Lehrgang: Vorbereitung auf die Deutschen Meisterschaften
Lehrgangsleitung: Stefan Lurz
Lehrgangsort: Belek, Türkei
Termin: 10.-22.03.2020
Anmeldung: Stephanie Sefrin, office@svw05.de

Regionalstützpunkt Regensburg

Stützpunktleiter: Olaf Bünde (obuende@t-online.de)

Wochenendlehrgänge 2019 (Jahrgänge 2005-2009 – 19/135)

Lehrgang: Delphinschwimmen – die perfekte Welle
Termin: 28./29.09.2019 jeweils 8:00-14:30Uhr
Lehrgangsleitung: Olaf Bünde
Weiterer Trainer: Claus Ludwig
Lehrgangsort: Westbad Regensburg, Messerschmittstraße 4, 93049 Regensburg
Anmeldung: claus.ludwig@rewag.de

Lehrgang: Starts, Wenden, Übergänge
Termin: 05./06.10.2019 jeweils 8:00-14:30Uhr
Lehrgangsleitung: Olaf Bünde
Weiterer Trainer: Claus Ludwig
Lehrgangsort: Westbad Regensburg, Messerschmittstraße 4, 93049 Regensburg
Anmeldung: claus.ludwig@rewag.de

Lehrgang: Die Schulterrotation beim Rückenschwimmen
Termin: 19./20.10.2019 jeweils 8:00-14:30Uhr
Lehrgangsleitung: Olaf Bünde
Weiterer Trainer: Claus Ludwig
Lehrgangsort: Westbad Regensburg, Messerschmittstraße 4, 93049 Regensburg
Anmeldung: claus.ludwig@rewag.de

Lehrgang: Brustschwimmen in Undulationstechnik
Termin: 07./08.12.2019 jeweils 8:00-14:30Uhr
Lehrgangsleitung: Olaf Bünde
Weiterer Trainer: Claus Ludwig
Lehrgangsort: Westbad Regensburg, Messerschmittstraße 4, 93049 Regensburg
Anmeldung: claus.ludwig@rewag.de

Wochenendlehrgänge 2020 (Jahrgänge 2005-2009)

Lehrgang:

Termin: 02./03.01.2020 jeweils 8:00-14:30Uhr

Lehrgangsleitung: Olaf Bünde

Weiterer Trainer: Claus Ludwig

Lehrgangsort: Westbad Regensburg, Messerschmittstraße 4, 93049 Regensburg

Anmeldung: claus.ludwig@rewag.de

Lehrgang:

Termin: 09./10.02.2020 jeweils 8:00-14:30Uhr

Lehrgangsleitung: Olaf Bünde

Weiterer Trainer: Claus Ludwig

Lehrgangsort: Westbad Regensburg, Messerschmittstraße 4, 93049 Regensburg

Anmeldung: claus.ludwig@rewag.de

Lehrgang:

Termin: 07./08.03.2020 jeweils 8:00-14:30Uhr

Lehrgangsleitung: Olaf Bünde

Weiterer Trainer: Claus Ludwig

Lehrgangsort: Westbad Regensburg, Messerschmittstraße 4, 93049 Regensburg

Anmeldung: claus.ludwig@rewag.de

Lehrgang:

Termin: 13./14.06.2020 jeweils 8:00-14:30Uhr

Lehrgangsleitung: Olaf Bünde

Weiterer Trainer: Claus Ludwig

Lehrgangsort: Westbad Regensburg, Messerschmittstraße 4, 93049 Regensburg

Anmeldung: claus.ludwig@rewag.de

Regionalstützpunkt Nürnberg

Stützpunktleiter: Jill Becker (jill.becker@web.de)

Tageslehrgänge 2019 (Jahrgänge 2006-2009 – 19/137)

Lehrgangsablauf:	7.45Uhr	Treffpunkt im Vorraum
	8.00-10.00Uhr	Schwimmen
	10.15.-11.15Uhr	Athletik
	11.30-14.00Uhr	gemeinsames Mittagessen
	14.15-14:45Uhr	Athletik
	15.00-17.00Uhr	Schwimmen

Lehrgang: Kraulschwimmen: hoher Ellenbogen und Schulterrotation
Termin: 21.09.2019
Lehrgangsleitung: Jill Becker
Lehrgangsort: Langwasserbad Nürnberg, Breslauerstraße 251, 90471 Nürnberg
Anmeldung: jill.becker@web.de

Lehrgang: Lagenschwimmen und Lagenwenden
Termin: 26.10.2019
Lehrgangsleitung: Jill Becker
Lehrgangsort: Langwasserbad Nürnberg, Breslauerstraße 251, 90471 Nürnberg
Anmeldung: jill.becker@web.de

Lehrgang: Startvorgang und Staffelwechsel
Termin: 16.11.2019
Lehrgangsleitung: Jill Becker
Lehrgangsort: Langwasserbad Nürnberg, Breslauerstraße 251, 90471 Nürnberg
Anmeldung: jill.becker@web.de

Tageslehrgänge 2020

Lehrgangsablauf:	7.45Uhr	Treffpunkt im Vorraum
	8.00-10.00Uhr	Schwimmen
	10.15.-11.15Uhr	Athletik
	11.30-14.00Uhr	gemeinsames Mittagessen
	14.15-14:45Uhr	Athletik
	15.00-17.00Uhr	Schwimmen

Lehrgang: Start vom Block
Termin: 15.02.2020
Lehrgangsleitung: Jill Becker
Lehrgangsort: Langwasserbad Nürnberg, Breslauerstraße 251, 90471 Nürnberg
Anmeldung: jill.becker@web.de

Lehrgang: Die Schulterrotation im Rückenschwimmen
Termin: 14.03.2020
Lehrgangsleitung: Jill Becker
Lehrgangsort: Langwasserbad Nürnberg, Breslauerstraße 251, 90471 Nürnberg
Anmeldung: jill.becker@web.de

Lehrgang: Brustschwimmen: Hüftbewegung
Termin: 04.04.2020
Lehrgangsleitung: Jill Becker
Lehrgangsort: Langwasserbad Nürnberg, Breslauerstraße 251, 90471 Nürnberg
Anmeldung: jill.becker@web.de

Lehrgang: Kraulschwimmen: Freiwasser und lange Strecken
Termin: 11.07.2020
Lehrgangsleitung: Jill Becker
Lehrgangsort: Langwasserbad Nürnberg, Breslauerstraße 251, 90471 Nürnberg
Anmeldung: jill.becker@web.de

Speziallehrgang (Jahrgänge 2006-2009)

Lehrgang: Vorbereitung auf die Deutschen Jahrgangsmeisterschaften
Termin: 11.04.-18.04.2020
Lehrgangsleitung: Jill Becker
Lehrgangsort: Duisburg
Anmeldung: bis 31.12.2019 unter jill.becker@web.de

Wettkampf (Jahrgänge 2006-2009)

Wettkampf: 29. Internationales Dresdner Christstollen Schwimmfest
Termin: 20.-22.12.2019
Anmeldung bis: 29.09.2019 unter jill.becker@web.de

Benedikt Schubert, Leistungssportreferent Schwimmen, Stand: 17.12.2019.