

Po wakacyjnej przerwie zaczynamy zajęcia treningowe od 09 września (trening popołudniowy).

Zajęcia prowadzone będą wg poniższego harmonogramu:

	poniedziałek		wtorek		środa		czwartek		piątek		sobota
GRUPA A	6 ⁰⁰ -7 ⁴⁵	14 ⁴⁵ -17 ⁰⁰	-	14 ⁴⁵ -17 ⁰⁰	6 ⁰⁰ -7 ⁴⁵	-	6 ⁰⁰ -7 ⁴⁵	14 ⁴⁵ -17 ⁰⁰	6 ⁰⁰ -7 ⁴⁵	14 ⁴⁵ -17 ⁰⁰	7 ⁰⁰ -9 ⁰⁰
GRUPA B	-	14 ⁴⁵ -17 ⁰⁰	-	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰	6 ⁰⁰ -7 ⁴⁵	14 ⁴⁵ -17 ⁰⁰	6 ⁰⁰ -7 ⁴⁵	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰	-	-	7 ⁰⁰ -9 ⁰⁰
GRUPA C	-	17 ⁰⁰ -18 ³⁰	-	17 ⁰⁰ -18 ³⁰	-	17 ⁰⁰ -18 ³⁰	-	17 ⁰⁰ -18 ³⁰	-	17 ⁰⁰ -18 ³⁰	9 ⁰⁰ -10 ³⁰
GRUPA D1	-	17 ⁰⁰ -18 ³⁰	-	-	-	17 ⁰⁰ -18 ³⁰	-	-	-	17 ⁰⁰ -18 ³⁰	-
GRUPA D2	-	-	-	17 ⁰⁰ -18 ³⁰	-	-	-	17 ⁰⁰ -18 ³⁰	-	-	-
GRUPA E	-	-	-	15 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	-	-	-	15 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	-	-	-

GRUPA „A” – zawodnicy z roczników: 2006 i starsi

GRUPA „B” – zawodnicy z roczników: 2007 – 2008

GRUPA „C” – zawodnicy z roczników: 2009 - 2010

GRUPA D1 – doskonalenie umiejętności pływania (grupa naborowa): 2011 i młodsi

GRUPA D2 – doskonalenie umiejętności pływania (grupa naborowa): 2011 i młodsi

GRUPA „E” – doskonalenie umiejętności pływania (grupa naborowa)

Zawodnicy z grupy C - deklarują liczbę treningów (minimalnie 4*) w tygodniu z podaniem konkretnych dni

Zawodnicy dopisywani zostają do grup w miarę wolnych miejsc – decyduje kolejność zgłoszeń.

Zapisy do grup u trenerów w dniu 5 i 6 września godzina 17⁰⁰ lub od 9 września w godzinach trwania zajęć.

Liczba treningów tygodniowo dla grupy „A” i „B” – ustalone będzie na bieżąco.

ZAPRASZAMY!