



**Bremer Sport-Club e.V.**

**SCHWIMMEN**

**TRIATHLON**

**AQUAFITNESS**

Masters / Triathlon	Erw.Nichtschwimmer / Oldies / Aquafitness	Fitness für alle (Freies Schwimmen)
<b>Montag</b> 19:00 – 20:00h Unibad / <b>Triathlon</b> ===== 20:00 – 21:00h Osterdeich	<b>Montag</b> <b>Erw.Nichtschwimmer</b> 18:15 – 19:00h Osterdeich	<b>Montag</b> 19:00 – 20:00h Osterdeich
<b>Dienstag</b> 19:00 – 20:00h Unibad		<b>Dienstag</b> 16:00 – 17:00h 19:00 – 20:00h Unibad
<b>Mittwoch</b> 20:00 – 21:00h Osterdeich ===== 19:00 – 20:00h Unibad		<b>Mittwoch</b> 20:00 – 21:00h Osterdeich
<b>Freitag</b> 19:00 – 20:00h Unibad / <b>Triathlon</b>	<b>Freitag</b> <b>Aquafitness</b> 18:00 – 19:00h Osterdeich <hr/> <b>Oldies</b> 20:00 – 21:00h Osterdeich	<b>Freitag</b> 17:00 – 17:30h 18:30 – 19:00h Unibad ===== 19:00 – 20:00h Osterdeich

**Monatsbeiträge**

Einzelmitglieder bis 18 J.	14,75 Euro
Auszubildende, Schüler, Studenten älter als 18 J. (auf Antrag)	14,75 Euro
Einzelmitglieder ab 18 J.	18,00 Euro
Zwei Geschwister bis 18 J.	27,50 Euro
Familien (zwei und mehr Personen)	36,00 Euro
Rentner (auf Antrag o.Vollendung 65.LJ.)	14,75 Euro
Anfängerschwimmen + Mitgliedsbeitrag	60,00 Euro
Passive Mitglieder	5,50 Euro

Internet: [www.bremer-sc.de](http://www.bremer-sc.de)  
 Email: [schwimmen@bremer-sc.de](mailto:schwimmen@bremer-sc.de)

Besuchen Sie uns gern auch auf unserer Homepage.

Unsere Anmeldeformulare gibt es beim Übungsleiter in der Schwimmstunde oder auf unserer Homepage. Bitte geben Sie das ausgefüllte Formular an den Übungsleiter.

**Trainingsplan Schwimmen Kinder / Jugendliche / WK-Masters**

Stand 01/2019

I. WK - Team	II. WK Team	I. Talentgruppe	II. Talentgruppe	WK-Masters	Nachwuchs3 /Gold Fun-Gruppe	Nachwuchs2 /Silber	Nachwuchs1 /Bronze	Nichtschwimmer- Gruppen /Seepferd.
<b>Montag</b> 16:30 – 18:00h Unibad  <hr/> <b>Dienstag</b> 17:00 – 19:00h Unibad	<b>Montag</b> 16:30 – 18:00h Unibad	<b>Montag</b> 17:30 – 19:00h Osterdeich	<b>Montag</b> 18:00 – 19:00h Unibad	<b>Montag</b> 19:00 – 20:00h Unibad  <hr/> <b>Dienstag</b> 19:00 – 20:00h Unibad	<b>Montag</b> 17:30 – 18:15h Osterdeich ===== 18:00 – 19:00h Unibad	<b>Montag</b> 16:45 – 17:30h Osterdeich ===== 18:00 – 19:00h Unibad	<b>Montag</b> 16:00 – 16:45h 16:45 – 17:30h Osterdeich ===== 18:00 – 19:00h Unibad	<b>Montag</b> 16:00 – 16:45h Osterdeich ===== 17:00 – 18:00h 18:00 – 19:00h Unibad
<b>Mittwoch</b> 17:00 – 19:00h Unibad	<b>Mittwoch</b> 19:00 – 20:00h Osterdeich	<b>Mittwoch</b> 17:30 – 19:00h Osterdeich	<b>Mittwoch</b> 17:30 – 18:30h Osterdeich	<b>Mittwoch</b> 19:00 – 20:00h Unibad		<b>Mittwoch</b> 16:45 – 17:30h Osterdeich	<b>Mittwoch</b> 16:45 – 17:30h Osterdeich	
<b>Donnerstag</b> 17:30 – 19:00h Osterdeich					<b>Donnerstag</b> 16:00 – 16:45h 16:45 – 17:30h Osterdeich	<b>Donnerstag</b> 16:00 – 16:45h 16:45 – 17:30h Osterdeich	<b>Donnerstag</b> 16:00 – 16:45h Osterdeich	<b>Donnerstag</b> 16:00 – 16:45h 16:45 – 17:30h Osterdeich
<b>Freitag</b> 18:30 – 20:00h Unibad	<b>Freitag</b> 18:30 – 20h Unibad	<b>Freitag</b> 17:30 – 19:00h Unibad	<b>Freitag</b> 17:00 – 17:45h Unibad	<b>Freitag</b> 18:00 – 19:00h Unibad	<b>Freitag</b> 17:15 – 18:00h Osterdeich ===== 17:45 – 18:30h Unibad	<b>Freitag</b> 17:15 – 18:00h Osterdeich ===== 17:00 – 17:45h 17:45 – 18:30h Unibad	<b>Freitag</b> 16:30 – 17:15h Osterdeich ===== 17:00 – 17:45h Unibad 17:45 – 18:30h Unibad	<b>Freitag</b> 16:30 – 17:15h 17:15 – 18:00h Osterdeich ===== 16:00 – 16:45h 17:00 – 17:45h 17:45 – 18:30h Unibad
<b>Samstag</b> 11:45 – 13:00h Schlossi	<b>Samstag</b> 11:45 – 13:00h Schlossi				<b>Samstag</b> 11:00 – 11:45h Schlossi	<b>Samstag</b> 11:00 – 11:45h Schlossi		

**Ansprechpartner:**

Annette Lohmüller:

Hans Stünker:

**Telefon:**

0421/8409 9944

0173/6161 701

0421/45 16 95

**Internet:** [www.bremer-sc.de](http://www.bremer-sc.de)

**Email:** [schwimmen@bremer-sc.de](mailto:schwimmen@bremer-sc.de)

**Schwimmbäder:**

**Osterdeich** = Hansewasser Hallenbad am Osterdeich,

Franz-Böhmerstr.11, 28205 Bremen

**Schlossi** = Schlossparkbad, Schlossparkstr. 52, 28309 Bremen

**Unibad** = Sportbad Uni, Badgasteiner Straße, 28359 Bremen