



# Ablauf des Trainings

## In der Coronazeit



### 0 **Vorbereitung Zuhause**

Die Kinder sollen sich möglichst schnell umziehen. Zieht deshalb eure Schwimmsachen bereits zuhause unter eure Straßenkleidung.

### 1 **Treffen vor der Schwimmhalle**

Wir treffen uns immer 15 Minuten vor Trainingsbeginn. Tragt bitte eine Maske oder haltet den Mindestabstand von 1,5m. Die Trainingsgruppen tragen einen Mund-Nasenschutz und gehen zusammen in die Umkleiden. Die Kinder gehen alleine in die Schwimmhalle. Eltern sind im Gebäude nicht gestattet.

### 2 **Umkleiden**

Es dürfen nicht alle Kinder gleichzeitig in die Umkleiden (max. 10 pro Umkleide). Achtet bitte selbstständig auf diese Vorgabe.

### 3 **In der Schwimmhalle**

Die Gruppen von Jessica, Horst, Sophie (ehemals Renee), Gabi (ehemals Alexia) treffen sich an der Fensterseite. Die Seepferdchen treffen sich am Hubbodenbecken an den Liegen. Die Gruppen von Kerstin treffen sich am Attraktionsbecken an den Bänken.

### 4 **Trainingsende**

Nach dem Ende des Trainings gehen die Kinder, ohne zu duschen, umziehen. Sie beeilen sich beim Umziehen und verlassen die Halle mit einem Mund-Nasenschutz.



## Montagstraining

In der Coronazeit



### Eintreffen Gruppe A (Einlass durch Mike)

- 17:15 Uhr            Treffen vor dem Eingang des Stadtbades Lebenstedt  
Gemeinsames Betreten des Bades mit Mund-Nasenschutz
- 17:25 Uhr            Sammeln an der Fensterseite des Stadtbades
- 17:30 Uhr            Training Gruppe A

### Eintreffen Seepferdchen (Einlass durch Andreas & Mike)

- 17:45 Uhr            Treffen vor dem Eingang des Stadtbades Lebenstedt  
Gemeinsames Betreten des Bades mit Mund-Nasenschutz
- 17:55 Uhr            Sammeln an den Liegen des Hubbodenbeckens
- 18:00 Uhr            Training Seepferdchen

### Eintreffen Gruppe B (Einlass durch Gabi oder Sophie)

- 18:00 Uhr            Treffen vor dem Eingang des Stadtbades Lebenstedt  
Gemeinsames Betreten des Bades mit Mund-Nasenschutz
- 18:10 Uhr            Sammeln an der Fensterseite des Stadtbades
- 18:15 Uhr            Training Gruppe B

### Verlassen Gruppe A

- 18:15 Uhr            Training Ende  
Gruppe A verlässt die Schwimmhalle und geht ohne zu  
duschen, umziehen.
- 18:25 Uhr            Verlassen des Stadtbades Lebenstedt

### Verlassen Seepferdchen

18:45 Uhr            Training Ende  
Seepferdchen verlassen die Schwimmhalle und gehen ohne zu duschen, umziehen.

19:00 Uhr            Verlassen des Stadtbades Lebenstedt

### Verlassen Gruppe B

19:00 Uhr            Training Ende  
Gruppe B verlässt die Schwimmhalle und geht ohne zu duschen, umziehen.

19:10 Uhr            Verlassen des Stadtbades Lebenstedt