



Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Société Suisse de Sauvetage SSS
Società Svizzera di Salvataggio SSS
Societad Svizra da Salvament SSS

www.slrsg.ch/St-Moritz-Engadin



TRAININGSPROGRAMM JUGEND FÜHLING/HERBST 2024

Die Trainings finden jeweils um 19:15 Uhr im Hallenbad Bellavita in Pontresina statt.

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 13.03.2024 | Rettungsschwimmen und Ballwurf |
| 20.03.2024 | Kilometerschwimmen, Rettungsleine |
| 27.03.2024 | Ballwurf und Griffe |
| 03.04.2024 | Sprünge und Tauchen |
| 10.04.2024 | Kleiderschwimmen |
| | Maiferein |
| 29.05.2024 | Konditionsschwimmen |
| 05.06.2024 | RFT |
| 12.06.2024 | Rettungsschwimmen |
| 19.06.2024 | 2 Kilometer Schwimmen |
| 26.06.2024 | Parcour / Ballwurf |
| 03.07.2024 | Fun vor den Ferien |
| | Sommerferien |
| 14.08.2024 | Kraul Technik |
| 21.08.2024 | Strecken-/ Tellertauchen |
| 28.08.2024 | Rückenkraul |
| 04.09.2024 | Koordination |
| 11.09.2024 | Rettungsschwimmen und Ballwurf |
| 18.09.2024 | Schneller geht immer |
| 25.09.2024 | Brustschwimmen |
| 02.10.2024 | Kleiderschwimmen |

Herbsferien