



# **BOCK AUF! BERGHEIM!**

## **Aufbaugruppe (ABG)**

**Saison 2023/2024 ab 07.08.2023**

**Pflicht: Jahrgang 2016 3 x  
Jahrgang 2017/18 2 x**

**Leitung und Trainer Karin W.**

**Trainer: Valeria, Victoria, Rebecca, Catharine, Natalie, Fabian**

**Montag: 16:00 Uhr – 17:00 Uhr Wasser Bergheim**

**Mittwoch: 15:30 Uhr – 17:00 Uhr Wasser Quadrath**

**Freitag: 16:00 Uhr – 17:00 Uhr Wasser Bergheim**

**Bitte 10 Minuten vor Beginn des Trainings am Schwimmbad sein.**