



BOCK AUF! BERGHEIM!

Sichtungsgruppe (SiG)

Saison 2023/ 24 ab 07.08.2023

Pflicht: 3 x Wasser, 2 x Land

Leitung und Trainer: Alex Hante

Trainer: Rebecca Hoffmann, Victoria Ciepiela

**Montag: 15:45 Uhr – 17:00 Uhr Wasser
17:15 Uhr – 18:00 Uhr Land**

Dienstag: 15:30 Uhr – 17:00 Uhr Wasser

**Mittwoch: 15:30 Uhr – 16:15 Uhr Land
16:30 Uhr – 18:00 Uhr Wasser**

**Freitag: 15:45 Uhr – 17:00 Uhr Wasser
17:15 Uhr – 18:00 Uhr Land**

Bitte 10 Minuten vor Beginn des Trainings im Sportparkbad bzw. Kraftraum sein.