



BOCK AUF! BERGHEIM!

Sichtungsgruppe (JG 2016-2018)

Saison 2025/26 ab 12.01.2026

Pflicht: 3 Trainingstage

Leitung und Trainerin: Leony Sadek-Rütz

Trainer*innen: Rebecca Hoffmann, Tim Walter, Mira Cichon

Trainingszeiten:

Montag: 15:30 – 17:00 Uhr Wasser

**Dienstag: 15:45 – 16:45 Uhr Wasser
17:00 – 17:45 Uhr Land**

**Mittwoch: 17:15 – 17:55 Uhr Land
18:00 – 19:00 Uhr Wasser**

**Freitag: 15:30 – 16:30 Uhr Wasser
16:45 – 17:30 Uhr Land**

Bitte 10 Minuten vor Beginn des Wassertrainings im Sportparkbad sein.

Leony wird an 3 Tagen das Training übernehmen!