

# Tauchclub Bielefeld e.V.

Mitglied im Verband Deutscher Sporttaucher e.V.

VDST-Mitgliedsnummer: 08|0030



## Trainingsplan I 11.01. – 22.03.2024

Stand 12.01.2024

### Termine:

**Donnerstag 20:30 bis 21:45 Uhr**

Treff: 20:10 bis 20:20 Uhr

**Freitag 20:00 bis 21:30 Uhr**

Treff: 19:45 bis 19:55 Uhr

### Wo?

Familienbad Heepen

Schlauden 11, 33719 Bielefeld

Familienbad Heepen

Schlauden 11, 33719 Bielefeld

## Hallenbadtraining

Datum 2024	Tag	Inhalte	Training	KiJu-Training	Kurs KTSA / GTS / ST
11.01.	DO	Fit nach den Ferien I	Siggi		Jonathan / Katja
12.01.	FR	Fit nach den Ferien II	Christioph	Katja	
18.01.	DO	Konditionstraining	Dirk		
19.01.	FR	Konditionstraining	Katrin	Jonathan	
25.01.	DO	Training mit Brett	Jonathan		
26.01.	FR	Training mit / ohne Flossen	Katrin	Jonathan	
01.02.	DO	Ringtraining	Dirk		
02.02.	FR	Konditionstraining	Christoph	Katrin	
08.02.	DO	Zeittauchen	Katja		
09.02.	FR	Streckentauchen	Jonathan	Katja	
15.02.	DO	Koordination / Ringtraining	Dirk		
16.02.	FR	Knotenkunde	Christoph	Katrin	
22.02.	DO	Vertrauensbildendes Training (Blindmaske)	Jonathan		
23.02.	FR	Staffelspiele	Dietrich	Katja	
29.02.	DO	Koordination	Dirk		
01.03.	FR	Training ohne / mit Flossen	Christoph	Jonathan	
07.03.	DO	Streckentauchen	Jonathan		
08.03.	FR	Zeittauchen	Jonathan	Katja	
14.03.	DO	Training mit Brett	Katja		
15.03.	FR	Staffelspiele	Christoph	Dirk	
21.03.	DO	Fit für die Ferien I	Jonathan		
22.03.	FR	Fit für die Ferien II	Christoph	Jonathan	
<b>Osterferien 25.03. – 05.04.2024</b>					K: KTSA (T=Theorie, P=Praxis) GTS: Grundtauchschein ST: Schnuppertauchen
<b>Nächstes Training: Donnerstag 11.04.2024 bzw. Freitag 12.04.2024</b>					

## Information

Die Trainingsinhalte können von der Trainingsleitung jederzeit nach individueller Interessenlage angepasst und modifiziert werden. Ein Abweichen der im Trainingsplan aufgeführten Trainer ist möglich, z.B. durch Krankheit oder Tausch. Die Inhalte des Kindertauchens werden durch den jeweiligen Trainer festgelegt.

*Jonathan Weber*

Leitung Tauchsport / TrainerC

*Katja Paravicini*

1. Vorsitzende / VDST-TL

## Termine Freigewässer

Datum 2024	Tag	Bemerkung	Anmeldung bis	TL

## Hinweise für das Geräte ausleihen

- Für die Hallenbad-Ausbildung (Grundtauchschein oder KTSA) oder andere (Prüfungs-) Tauchgänge können Flasche, Atemregler, Jacket & ggf. Anzug für jeweils **eine** Woche, von allen Vereinsmitgliedern, kostenlos ausgeliehen werden
- Nach Rücksprache darf die Ausrüstung auch länger behalten werden, z.B. für Hallenbadausbildung, Vereinsfahrt, Urlaub
- Wird die Ausrüstung nicht wie vereinbart zurückgegeben, werden pro Ausrüstungsgegenstand und Woche **3 EURO** fällig!
- Sollte etwas nicht funktionieren oder defekt sein, müssen die Gerätewarte darüber informiert werden, damit sie die Reparatur veranlassen können!
- Ansprechpartner: Dirk Blome und Werner Kaizler (material@tcb.nrw)

## Kontakt AusbilderInnen und Gerätewarte

Name	Qualifikation / Funktion	E-Mail-Adresse	Telefon
Dirk Blome	TrC Gerätewart	dirk@tcb.nrw material@tcb.nrw	
Werner Kaizler	Gerätewart	werner@tcb.nrw material@tcb.nrw	
René Hoffmann	TL 2	rene@tcb.nrw	
Dietrich Paravicini	TrC	dietrich@tcb.nrw	
Katja Paravicini	TL 3 (Kinder- & Nitrox-TL) 1. Vorsitzende	katja@tcb.nrw 1.vorsitz@tcb.nrw	0171-9721701
Katrin Rethmeier	TrC	katrin@tcb.nrw	
Christoph Walkenhorst	TL 3 (Kinder- & Nitrox-TL)	christoph@tcb.nrw	
Jonathan Weber	TrC Leitung Tauchsport	jonathan@tcb.nrw	

\*TL: Tauchlehrer / ATL: Assistenz-Tauchlehrer / TrC: Trainer C