



Trainingszeiten des 1. Paderborner Schwimmverein von 1911 e. V.

Leistungssport

TG 1 Leitung: Alex Hante:

Mo/Mi/Fr 16.15 – 17.30 Uhr (Athletiktraining)
Mo – Mi/Fr 18.00 – 20.00 Uhr (Schwimmoper)
Di/Do 06.00 – 07.00 Uhr (Schwimmoper)
Sa 09.30 – 11.30 Uhr (Schwimmoper)

TG 2 (ab Jahrgang 2013 u. ä.) Leitung: Nikola Salay

Mo/Mi/Fr 15.30 – 16.15 Uhr (Athletiktraining)
16.30 – 18.00 Uhr (Schwimmoper)
Do 15.00 – 16.30 Uhr (Schwimmoper)
Sa 11.30 – 13.00 Uhr (Schwimmoper)

TG 3 (Jahrgang 2014/15) Leitung: Inés Schuh

Mo/Mi 15.15 – 16.30 Uhr (Schwimmoper)
Di 16.30 – 18.00 Uhr (Schwimmoper)
Fr 15.30 – 16.30 Uhr (Schwimmoper)
Sa 08.00 – 09.30 Uhr (Schwimmoper)

Leitung: Thore Schorat

Mi 17.00 – 18.30 Uhr (Athletiktraining)
Fr 17.00 – 18.00 Uhr (Athletiktraining)

Masters

Mo/Mi/Fr 20.00 – 21.15 Uhr (Einlass 19.45 Uhr)
Do 19.30 – 21.00 Uhr (Einlass ab 19.30 Uhr)
Fr 06.00 – 07.30 Uhr (Frühtraining)
Leitung: Robin Brockhaus, Inés Schuh

Masters

Flipper (Jahrgang 2013 u. ä.)

Mi 19.00 – 20.30 (Rolandsbad)
Do 16.45 – 17.30 Uhr (Schwimmoper Bahn 3-6)
Fr 18.30 – 19.30 Uhr (Rolandsbad)
Leitung: Mohamad Said Ali, Sophie Werth

Miniflipper (Jahrgänge 2014-2017)

Do 16.45 – 17.30 Uhr (Schwimmoper Bahn 1-2)
Leitung: Mirjam Gosman-Yang
Fr 16.00 – 17.00 Uhr (Rolandsbad)
Leitung: Mohamad Said Ali

Breitensport

Anschlussgruppe

(Vorbereitung für die
TG 3,
(leistungsorientiert)

Orcas (Jahrgang 2015-2017)

Di 15.30 – 16.30 Uhr (Schwimmoper) → Leitung: Julius Austermann
Do 16.30 – 17.30 Uhr (Schwimmoper) → Leitung: Laura Fobbe, Melina Schreiner
Fr 15.30 – 16.30 Uhr (Schwimmoper) → Leitung: Laura Fobbe, Melina Schreiner
Fr 17.00 – 18.00 Uhr (Trockentraining) → Leitung: Laura Fobbe, Melina Schreiner



Nachwuchsgruppe

(leistungsorientiert)

Delfine (Jahrgang 2016/2017)

Di 15.30 – 16.30 Uhr (Schwimmoper) → Leitung: Alex Hante
Do 16.30 – 17.30 Uhr (Schwimmoper) → Leitung: Alex Hante, Nikola Salay



Basisgruppen

(Anschlussgruppen an
die Bronzekurse = wei-
terführende Vermittlung
allgemeiner Schwimm-
grundlagen)

Seesterne (Jahrgang 2017-2019)

Di **Gruppe 1:**
16.30 – 17.30 Uhr (Rolandsbad) → Leitung: Noah Rehwinkel, Franziska Altmiks, Annika Magiera, Maiara Köhler
Mi 15.00 – 16.00 Uhr (Rolandsbad) → Leitung: Alexandra Lohe, Hannah Otte, Franziska Altmiks, Felicitas Wenke
Mi **Gruppe 2:**
16.00 – 17.00 Uhr (Rolandsbad) → Leitung: Marlous Maaß, Felicitas Wenke, Maiara Köhler, Sophie Frei
Do 16.45 – 17.30 Uhr (Schwimmoper) → Leitung: Miriam Sauvigny, Maiara Köhler, Annika Magiera



Hinweis:

Bei den angegebenen Uhrzeiten handelt es sich um die Wasserzeiten. Bitte immer 15-20 Minuten vor der angegebenen Wasserzeit vor dem jeweiligen Schwimmbad eintreffen. Die Gruppe geht immer **ca. 10-15 Minuten vor Beginn der Wasserzeit gemeinsam** ins Schwimmbad. Ein Nachkommen ist nicht möglich!!

KINDERSCHWIMMKURSE (Kurssystem)

Mo 16.00 – 19.00 Uhr (Rolandsbad) → Wassergewöhnung, Seepferdchen, Bronze
Di 15.30 – 18.00 Uhr (Kiliansbad) → Wassergewöhnung, Seepferdchen, Bronze

Stand: 04.09.2025