



# Übungsstunden im Südbad

## Dienstag

### *Südbad*

*Ruhrallee 30, 44139 Dortmund*

17:30 - 18:15 Uhr	Wassergewöhnung / Wasserbewältigung
17:30 - 18:15 Uhr	Schwimmkurs Anfänger (Anmeldung Tel.: 88 22 404)
18:15 - 19:00 Uhr	Schwimmkurs Fortgeschrittene
19:00 - 19:45 Uhr	Vereinsschwimmen (Kinder und Jugendliche)
19:45 - 21:45 Uhr	Freies Schwimmen (Erwachsene) (Letzter Einlass: 21 Uhr)
19:45 - 20:30 Uhr	Wassergymnastik
20:00 - 20:45 Uhr	Sportabzeichenprüfung im Schwimmen jeden ersten Dienstag im Monat
20:00 - 20:45 Uhr	Aquatic Fitnesskurs I im Tiefwasser (Anmeldung Tel.: 88 22 404 o. 14 53 97)
20:45 - 21:30 Uhr	Aquatic Fitnesskurs II im Tiefwasser (Anmeldung Tel.: 88 22 404 o. 14 53 97)

Während der Schulferien endet der Schwimmbetrieb um 21 Uhr.



# Übungsstunden im Nordbad

## Freitag

*Nordbad, Dietrich-Keuning-Haus  
Leopoldstr. 50-58, 44147 Dortmund*

18:00 - 19:00 Uhr	Babyschwimmen
18:00 - 19:00 Uhr	Eltern-Kindschwimmen
19:00 - 19:45 Uhr	Wassergewöhnung und Schwimmausbildung für Kinder ab 5 Jahre
19:00 - 19:45 Uhr	Vereinsschwimmen (Kinder und Jugendliche)
19:45 - 20:30 Uhr	Schwimmkurs (Erwachsene)
20:00 - 20:30 Uhr	Wassergymnastik für Mitglieder
20:00 - 20:45 Uhr	Schwimmtraining für Sportabzeichen
19:45 - 21:30 Uhr	Freies Schwimmen (Erwachsene)
20:00 - 20:45 Uhr	Sportabzeichenprüfung im Schwimmen jeden ersten Freitag im Monat

Während der Schulferien endet der Schwimmbetrieb um 21 Uhr.