Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Société Suisse de Sauvetage SSS
Società Svizzera di Salvataggio SSS
Societad Svizra da Salvament SSS

SLRG SSS

www.slrg.ch/St-Moritz-Engadin

TRAININGSPROGRAMM JUGEND FRÜHLING / SOMMER 2026

Die Trainings finden jeweils um 19:15 Uhr im Hallenbad Bellavita in Pontresina statt.

11.03.2026	Ausdauer – willkommen zurück!	SD
18.03.2026	Flossenschwimmen und Sprünge	MK
25.03.2026	Kleiderschwimmen – der Schwerste gewinnt ☺	EK
01.04.2026	Kraul – Brust – Rückenkraul	MR
08.04.2026	Koordinationsschwimmen – mixen macht Spass!	MK
15.04.2026	Stafette	EK
22.04.2026	Ballwerfen und Rettungsgriffe	MR
29.04.2026	Heute macht ihr den Plan!	MR
10.06.2026	Raketenstart: Gleiten und Streckenschwimmen	SD
17.06.2026	Sprünge und Tauchen – bewusst atmen	EK
24.06.2026	Stafette	MK
01.07.2026	Ausdauertraining	SD
19.08.2026	Schwimmen mit Stil	SD
26.08.2026	Koordinationsschwimmen	EK
02.09.2026	Tauchen	MR
09.09.2026	Parcours	MK
16.09.2026	Pyramiden Schwimmen	SD
23.09.2026	Kraul – Brust – Rückenkraul	EK
30.09.2026	Spiele ! Spiele ! Spiele!	MR
07.10.2026	Wir schwimmen schön - Technik üben	MK