Lystrup Svømning Holdoversigt sæson 2016 / 2017

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Tid	Lørdag	Søndag
14.30-15.00					66 SeniorMotion 55+ Basic			
15.00-15.15	~~1~~ SFO Lystrup Delfiner	2 SFO Lystrup Guldfisk	22 SFO Lystrup Guldfisk	23 SFO Lystrup Piratfisk	36 SFO Elsted Piratfisk	37 SFO Elsted Makreller	50 SFO Elsted Guldfisk	~~51~~ SFO Elsted Delfiner	67 Delfiner	68 Guldfisk	08.00- 08.45	19 Voksen Motion	81 Svøm Teknik Basic	
15.15-15.30														
15.30-15.45	3 Piratfisk	4 SFO Lystrup Makreller	24 SFO Lystrup Delfiner	25 Piratfisk	~~38~~ SFO Elsted Delfiner	39 SFO Elsted Guldfisk	52 SFO Elsted Piratfisk	53 Piratfisk						
15.45-16.00									69 Flyvefisk	70 Piratfisk	08.45- 09.00	82 Babysvømning 3 – 18 mdr.		
16.00-16.15	~~5~~ Rejer	6 Guldfisk	~~26~~ Piratfisk	27 Guldfisk	41 Delfiner	~~42~~ Guldfisk	56 Delfiner	57 Søstjerner			09.00- 09.15		19 Voksen Motion	91 NYT HOLD Svøm Teknik Classic
16.15-16.30									71 Rejer	~~72~~ Delfiner	09.15- 09.30	83 Supersvømmer 1 – 2½ år		
16.30-16.45	7+8 Haletusser 3½ - 5½ år		~~28~~ Delfiner	29 Rejer	43 Piratfisk	44+45 Rovfisk	~~58~~ Flyvefisk	~~59~~ Blæk-sprutter			09.30- 09.45			
16.45-17.00									~~73~~ Makreller	74 Rejer	09.45- 10.00	~~84+79~~ Søheste 2 – 4 år	92 Supersvømmer 1 – 2½ år	
17.00-17.15	~~9~~ Flyvefisk	~~10~~ Rejer	30 Rejer	~~31~~ Ændret Delfiner	46 Rejer	47 Svøm Teknik Crawl	60+61 Haletusser 3½ - 5½ år				10.00- 10.15			
17.15-17.30									~~75~~ Piratfisk	~~76~~ Guldfisk	10.15- 10.30	85 Blåmuslinger 2 – 4 år	~~93+107~~ Søheste 2 – 4 år	
17.30-17.45	~~11~~ Delfiner	12 Piratfisk	32+33 NYTHOLD ActionSport Challenge og Sportsdykning		~~108~~ Ændret Piratfisk		~~62~~ Guldfisk	63 Hajer			10.30- 10.45			
17.45-18.00									77 NYT HOLD SeniorMotion 55+ Power		10.45- 11.00	86+87 Haletusser 3½ - 5½ år	94+95 Haletusser 3½ - 5½ år	
18.00-18.15	13 Action Sport TRI	~~14~~ Ændret Makreller			48 Fra vandskræk til vandglæde 18.00 – 18.45		64+15 Vandpolo U11+U13 18.00 - 19.00	65 Vandpolo U9			11.00- 11.15			
18.15-18.30			OFFENTLIG SVØMNING 18.15 -19.45 PRIS: BØRN 25 KR. VOKSNE 35 KR								11.15- 11.30	88 Babysvømning 3 – 18 mdr.	96+97 Søheste 2 – 4 år	
18.30-18.45	19 VoksenMotion Medlemmer 10-turskort Enkeltbillet 35 kr. 18.30 – 19.30								19 Vok-sen Motion	78 Svøm Teknik Basic	13 Action Sport TRI	11.30- 11.45		
18.45-19.00					49 AquaFitness Gravide 18.45 – 19.30							11.45- 12.00	89 NYT HOLD Søanemoner	98+99 Haletusser 3½ - 5½ år
19.00-19.15							18 Damer U15/U17 Piger					12.00- 12.15		
19.15-19.30	15+16 Vandpolo U13+U15		54 AquaFitness Advance 19.30 – 20.15				16+17 Vandpolo U15+U17		80 AquaDisco 3.– 8. klasse 19.15 – 20.45			12.15- 12.30	90 Familie-svømning	100 Rejer / 101 Flyvefisk
19.30-19.45												12.30- 12.45		
19.45-20.00		~~34~~ AquaFitness Energy 19.45 – 20.30										12.45- 13.00		~~102~~ Rejer / ~~103~~ Piratfisk
20.00-20.15												13.00- 13.15		
20.15-20.30			19 VoksenMotion Medlemmer 10-turskort Enkeltbillet 35 kr. 20.15 – 21.15									13.15- 13.30	OFFENTLIG SVØMNING 13.15 – 15.00 PRIS: BØRN 25 KR. VOKSNE 35 KR	104 Delfiner / 105 Guldfisk
20.30-20.45	16+17+18+20+21 Vandpolo 2. Division Herre Damer Motion Herre U15+U17 20.30 – 22.30	35 AquaFitness Basic 20.30 – 21.15			16+17+20 Vandpolo 2. Division + Motion Herrer U15+U17+U19 20.30 – 22.30							13.30- 13.45		
20.45-21.00												13.45- 14.00		OFFENTLIG SVØMNING 13.45 – 16.00 PRIS: BØRN 25 KR. VOKSNE 35 KR
21.00-21.15		40 NYT HOLD Svøm Teknik Training 21.15 – 22.00	55 NYT HOLD Rigtige Mænd "mandehørm og værkstedshumor" 21.15 – 22.00									14.00- 14.15		
21.15-21.30												14.15- 14.30		
21.30-21.45												14.30- 14.45		
21.45-22.00												14.45– 15.00		
22.00-22.30												15.00 –16.00	NYT HOLD	
						17.00 -18.00	106 Basic Etniske kvinder	