

Lystrup Svømning Holdoversigt sæson 2018 / 2019

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Tid	Lørdag	Søndag
14.30-15.00								
15.00-15.15	1 SFO Lystrup Delfiner	2 SFO Lystrup Guldfisk	22 SFO Lystrup Guldfisk	23 SFO Lystrup Pirattfisk	39 SFO Eisted Delfiner	40 SFO Eisted Pirattfisk	57 SFO Eisted Pirattfisk	58 SFO Eisted Delfiner
15.15-15.30							19 Voksen Motion	84 Svøm Teknik Basic
15.30-15.45	3 SFO Lystrup Makreller	4 SFO Lystrup Pirattfisk	24 SFO Lystrup Delfiner	25 SFO Guldfisk	41 Delfiner	42 SFO Eisted Guldfisk	59 SFO Eisted Guldfisk	60 SFO Eisted Makreller
15.45-16.00							71 Pirattfisk	72 Guldfisk
16.00-16.15	5 Rejer	6 Guldfisk	26 Flyvefisk	27 Delfiner	43 Rejer	44 Makreller	61+62 Haletudser 3½ - 5½ år	
16.15-16.30							73 Delfiner	74 NYTHOLD Sværd Fisk
16.30-16.45	7 Rejer	8 Flyvefisk	28 + 29 Haletudser 3½ - 5½ år	45 Pirattfisk	46 Guldfisk	63 Guldfisk	64 Søstjerner	85 Maxi Babysvøm 3. - 18. mdr.
16.45-17.00							75 Pirattfisk	76 Rejer
17.00-17.15	9+10 Haletudser 3½ - 5½ år	30 Guldfisk	31 Rejer	47 Rejer	48 Delfiner	65 Delfiner	66 Blæk- sprutter	86 Supersvømmer 1 - 2½ år
17.15-17.30							77 Guldfisk	78 Rejer
17.30-17.45	11 Pirattfisk	12 Delfiner	32 + 33 NYTHOLD ActionSport Girls 17.30 - 18.15	49 ActionSport TRI	50 NYTHOLD ActionSport Rescue Kids	67 Hajer	68 Makreller	87+88 Søheste 2 - 4 år
17.45-18.00							79 Pirattfisk	80 Delfiner
18.00-18.15	13+14 ActionSport Challenge 18.00 - 18.45	34 AquaFitness Gravide 18.15 - 19.00	51 Rorffisk	52 Rødspætter	69+15 Vandpolo U11+U13 18.00 - 19.00			89 Blåmuslinger 2½ - 4 år
18.15-18.30							81 SeniorMotion 55+ Power	90+91 Haletudser 3½ - 5½ år
18.30-18.45							19 Voksen Motion	49 Action Sport TRI
18.45-19.00	19 VoksenMotion Medlemmer 10-turskort Enkeltbillet 40 kr.	35 AquaFitness Energy 19.00 - 19.45	53 Svøm Teknik Crawl	54 Svøm Teknik CrawlXtra	20+16 Vandpolo Damer + U15 / U17			92 Søanemoner
19.00-19.15								93 Rejer
19.15-19.30								94 Flyve fisk
19.30-19.45	15+16 Vandpolo U13+U15	36 AquaFitness Effect 19.45 - 20.30	55 Fra vandskræk til vandglæde 19.45 - 20.30					104 Pirattfisk
19.45-20.00								105 Delfiner
20.00-20.15								106 Rejer
20.15-20.30								107 Flyvefisk
20.30-20.45	16+17+18+20+21 Vandpolo 2. Division Herre Damer Motion Herre U15+U17	37 AquaFitness Base 20.30 - 21.15	19 VoksenMotion Medlemmer 10-turskort Enkeltbillet 40 kr.	16+17+18 Vandpolo 2. Division Herre U15+U17 20.30 - 22.30				108 Rejer
20.45-21.00								109 Delfiner
21.00-21.15								110 Guldfisk
21.15-21.30								111 Pirattfisk
21.30-21.45		38 AquaFitness Intensity 21.15 - 22.00	56 Rigtige Mænd "Svømning og mandehørm 21.15 - 22.00					OFFENTLIG SVØMNING
21.45-22.00								13.15 - 15.00
22.00-22.30								PRIS:
								BØRN 30 KR. VOKSNE 40 KR
								13.45 - 16.00
								PRIS:
								BØRN 30 KR. VOKSNE 40 KR
								15.00-16.00
								Kvindesvømning <i>Etniske kvinder</i> Lørdag kl. 17.00 - 18.00

ActionSport TRI
Løb/Cykling
Onsdag
kl. 16.30 - 17.15

Tirsdage kl. 10.00 - 12.00: Kvindesvømning etniske kvinder (Gellerupbadet)
Tirsdage kl. 19.30 - 20.15: Youturn Teamtræning (Lystrup Svømning Klubhus)