

Lystrup Svømning Holdoversigt sæson 2018 / 2019

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Tid	Lørdag	Søndag
14.30-15.00					70 SeniorMotion 55+ Basic			
15.00-15.15	1 SFO Lystrup Delfiner	2 SFO Lystrup Guldfisk	22 SFO Lystrup Guldfisk	23 SFO Lystrup Piratsfisk	39 SFO Elsted Delfiner	40 SFO Elsted Piratsfisk	57 SFO Elsted Piratsfisk	58 SFO Elsted Delfiner
15.15-15.30					71 Piratsfisk	72 Guldfisk	08.00- 08.45	19 Voksen Motion
15.30-15.45	3 SFO Lystrup Makreller	4 SFO Lystrup Piratsfisk	24 SFO Lystrup Delfiner	25 Guldfisk	41 Delfiner	42 SFO Elsted Guldfisk	59 SFO Elsted Guldfisk	60 SFO Elsted Makreller
15.45-16.00					73 Delfiner	74 NYTHOLD Sværd Fisk	08.45- 09.00	84 Svøm Teknik Basic
16.00-16.15	5 Rejer	6 Guldfisk	26 Flyvefisk	27 Delfiner	43 Rejer	44 Makreller	61+62 Haletudser 3½ - 5½ år	85 Maxi Babysvøm 3. - 18. mdr.
16.15-16.30					75 Piratsfisk	76 Rejer	09.00- 09.15	19
16.30-16.45	7 Rejer	8 Flyvefisk	28 + 29 Haletudser 3½ - 5½ år	45 Piratsfisk	46 Guldfisk	63 Guldfisk	64 Søstjerner	96
16.45-17.00					77 Guldfisk	78 Rejer	09.15- 09.30	86 Supersvømmer 1 - 2½ år
17.00-17.15	9+10 Haletudser 3½ - 5½ år	30 Guldfisk	31 Rejer	47 Rejer	48 Delfiner	65 Delfiner	66 Blæk- sprutter	97 Supersvømmer 1 - 2½ år
17.15-17.30					79 Piratsfisk	80 Delfiner	09.30- 09.45	87+88 Søheste 2 - 4 år
17.30-17.45	11 Piratsfisk	12 Delfiner	32 + 33 NYTHOLD ActionSport Girls 17.30 - 18.15	49 ActionSport TRI	50 NYTHOLD ActionSport Rescue Kids	67 Hajer	68 Makreller	98+99 Søheste 2 - 4 år
17.45-18.00					81 SeniorMotion 55+ Power	82 Svøm Tek- nik Basic	10.15- 10.30	90+91 Haletudser 3½ - 5½ år
18.00-18.15	13+14 ActionSport Challenge 18.00 - 18.45	34 AquaFitness Gravide 18.15 - 19.00	51 Rovfisk	52 Rødspætter	69+15 Vandpolo U11+U13 18.00 - 19.00			100+101 Søheste 2 - 4 år
18.15-18.30						19 Voksen Motion	49 Action Sport TRI	82 Svøm Tek- nik Basic
18.30-18.45								92 Søanemoner
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			102+103 Haletudser 3½ - 5½ år
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 Piratsfisk
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 NYTHOLD Sværd Fisk
21.30-21.45								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

ActionSport TRI
Løb/Cykling
Onsdag
kl. 16.30 - 17.15

Kvindesvømning
Etniske kvinder
Lørdag
kl. 17.00 - 18.00

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