



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

[www.slrq.ch/St-Moritz-Engadin](http://www.slrq.ch/St-Moritz-Engadin)



## TRAININGSPROGRAMM Winter 24/25

Die Trainings finden jeweils um 20.00 Uhr im Hallenbad Pontresina statt

06.11.2024	Technik im Schwimmen
13.11.2024	Stilschwimmen
20.11.2024	Rettungsschwimmen
27.11.2024	RFT, Kondition, Tauchen
04.12.2024	Chlausschwimmen
11.12.2024	Kilometerschwimmen
18.12.2024	Weihnachtsfeier
08.01.2025	Technik Kraul
15.01.2025	Lagenschwimmen
22.01.2025	Neues im Konditions Training
29.01.2025	Aqua Fit
05.02.2025	RFT, Flossenschwimmen, Sprünge
12.02.2025	Vollmond Plausch
19.02.2025	Stafetten, Tauchen
26.02.2025	Stilschwimmen
05.03.2025	Rettungsschwimmen, Parcours
12.03.2025	Distanz Schwimmen
19.03.2025	Aqua Fit
26.03.2025	Ausdauer Training
02.04.2025	Technik einmal anders
09.04.2025	<b>Generalversammlung.</b> Einladung folgt
16.04.2025	Kilometerschwimmen Training in Poschiavo
23.04.2025	Schwimm dich Fit
30.04.2025	RFT, Flossenschwimmen
03.02.2025	WK Weiterbildung