

DLRG-Übungsstunden in den Düsseldorfer Schwimmbädern

DLRG-Bezirk Düsseldorf
 Niederkasseler Deich 295,
 40547 Düsseldorf
 Tel.: 0211-591313,
 Email: duesseldorf@dlrg.de
 Internet: www.duesseldorf.dlrg.de



| Tag | Hallenbad | Ü.-Kürzel | Zeit | Ausbildungsangebot | Teilnehmer | Hallenleitung |
|---------------------------|------------------------|-------------|-------------------------|--|--|---|
| Montag | Familienbad Niederheid | Nie-Mo | 16:15-16:55 | Anfängerschwimmen bis DSA Gold | Kinder | Jenny Behne/ Dieter Behne schwimmhalle.niederheid@duesseldorf.dlrg.de |
| | | | 17:00-17:40 | Anfängerschwimmen bis DSA Gold | Kinder | |
| | | | 17:45-18:30 | Juniorretter bis Rettungsschwimmer Silber | Jugendliche | |
| | | | 18:30-19:15 | Schwimmenlernen, Erwachsenenschwimmen | Erwachsene | |
| | | | 18:45-19:30 | DRS Bronze bis DRS Gold | Erwachsene | |
| | | | 19:15-20:30 | Erwachsenenschwimmen | Erwachsene | |
| | | | 19:30-20:15 | Aquafitness | Erwachsene | |
| | Münster-Therme | Mün-Mo | 18:00-19:00 | Aquafitness | Erwachsene | Marie-Luise Stascheit schwimmhalle.muenstertherme@duesseldorf.dlrg.de |
| | Rheinbad Hallenbad | Sto-Mo | 19:15-20:00 | Jugend- und Erwachsenenschwimmen | Jugend/Erw | Tobias Heinrich schwimmhalle.rheinbad@duesseldorf.dlrg.de |
| | | | 20:00-21:30 | DRS Bronze bis DRS Gold, Aktivenschwimmen | Erwachsene | Werner Gottschling schwimmhalle.unterrath@duesseldorf.dlrg.de |
| Gartenhallenbad Unterrath | Unt-Mo | 19:00-19:45 | DRS Bronze bis DRS Gold | Jugendliche/Erwachsene | Werner Gottschling schwimmhalle.unterrath@duesseldorf.dlrg.de | |
| Dienstag | Badehaus Benrath | Ben-Di | 17:00-17:45 | Anfängerschwimmen, DSA Bronze | Kinder | Ralf Deller/Tatjana Krieg/Larissa Schmelter schwimmhalle.benrath@duesseldorf.dlrg.de |
| | | | 18:00-18:45 | Seepferdchen, DSA-Silber | Kinder | |
| | | | 18:45-19:30 | DSA-Silber, DSA-Gold | Jugendliche | |
| | | | 19:30-20:30 | Juniorretter bis Rettungsschwimmer | Jugend/Erw | |
| | Schwimm'in Bilk | Arc-Di | 16:15-17:00 | Anfängerschwimmen bis DSA Bronze | Kinder | Ricki Sarin / Julian Schillings/ Matthis Lessing schwimmhalle.bilk@duesseldorf.dlrg.de |
| | | | 17:00-17:45 | DSA Silber bis DSA Gold | Kinder | |
| | | | 18:00-18:45 | Juniorretter bis DRS Bronze | Jugendliche | |
| | | | 19:00-19:45 | DRS Bronze bis DRS Silber | Jugendliche | |
| Mittwoch | Oberkassel | RBL-Mi | 17:00-17:45 | Anfängerschwimmen bis DSA Bronze | Kinder | Sandra Pfeifer/ Eveline Adams/ Martin Beuse schwimmhalle.oberkassel@duesseldorf.dlrg.de |
| | | | 17:45-18:30 | Anfängerschwimmen, DSA Brone bis DSA Silber | Kinder | |
| | | | 18:30-19:15 | DAS Gold, Juniorretter bis DRS Bronze | Jugendliche | |
| | | | 19:15-20:00 | DRS Silber | Jugendliche | |
| | Hallenbad Eller | Eil-Mi | 16:15-16:55 | Anfängerschwimmen bis Seepferdchen | Kinder | Robert Heetkamp / David Strzelecki Tobias Bischof schwimmhalle.kikweg@duesseldorf.dlrg.de |
| | | | 16:55-17:35 | Anfängerschwimmen bis Seepferdchen | Kinder | |
| | | | 17:40-18:25 | DSA Bronze bis DSA Silber | Kinder | |
| | | | 18:25-19:10 | DSA Gold bis DRS Bronze | Jugendliche | |
| | | | 19:15-20:00 | DRS Bronze bis DRS Gold, Aquafitness, Schnorcheltauchen | Jugend/Erw | |
| | | | 20:00-20:45 | DRS Bronze bis DRS Gold, Aquafitness, Schnorcheltauchen | Erwachsene | |
| 20:45-21:30 | Gerätetauchen | Erwachsene | | | | |
| Donnerstag | Rheinbad Hallenbad | Sto-Do | 20:00-21:45 | DRS Bronze bis DRS Gold, Wassergymnastik, (Aktivenschwimmen) | Erwachsene | Achim Köhler schwimmhalle.rheinbad@duesseldorf.dlrg.de |
| Freitag | Allwetterbad Flingern | All-Fr | 16:00-16:40 | Anfängerschwimmen bis DSA Silber | Kinder | Anne Mertens/Alexandra Behne schwimmhalle.allwetterbad@duesseldorf.dlrg.de |
| | | | 16:40-17:20 | Anfängerschwimmen bis DSA Silber | Kinder | |
| | | | 17:20-18:00 | DSA Gold | Kinder/Jugend | |

Die angegebenen Zeiten sind Wasserzeiten.

(DSA: Deutsches Schwimmabzeichen; DRS: Deutsches Rettungsschwimmabzeichen)

10.01.2024