# D U C – Sommertraining

## Vom 30. Juni bis 4. September 2009

**im Sommerbad Wilmersdorf, Forckenbeckstr. 14**

---

**Montag - Bahn 3 + 4 im 50 - Meter- Becken**

**Mittwoch - im (halben) Sprungbecken / 20 x 20 m, 5 m tief**
**gemeinsam mit DLRG (andere Hälfte)**

---

**Zeiten:** 30.6. bis 30.8. 2009: 19.30 h (Wasserzeit 19.45-20.45 h) ) Hausverlass
) ¼ Std.
31.8. bis 4.9. 2009: 18.30 h (Wasserzeit 18.45 - 19.45 h) ) später

Treffen vor dem Bad ca. 10 - 20 Minuten vor der Einlasszeit