

# Taars-Ugilt IF Svømmeafdeling



|                | Tid               | Hold                            | Hvem                    |
|----------------|-------------------|---------------------------------|-------------------------|
| <b>Mandag</b>  | Kl. 16.45 – 17.30 | Tumlinge (1 år- 5 år)           | Betina                  |
|                | Kl. 18.00- 19.00  | Aerobic                         | Mette Vestergaard       |
|                | Kl. 19.00 - 20.00 | Aerobic                         | Mette Vestergaard       |
|                | Kl. 20.00 - 21.00 | Laksene – kun for mænd          | Jesper Dietz            |
| <b>Tirsdag</b> | Kl. 06.00 – 07.00 | Frisvømning                     | v/Hallen (start uge 2 ) |
|                | Kl. 08.00 – 09.00 | Senior aerobic 1                | Karina                  |
|                | Kl. 17.00 – 18.00 | Spækhuggerne 0.kl-3.kl          | Jesper                  |
|                | Kl. 18.00- 19.00  | 4.klasse-6. klasse              | Morten, Mikkel          |
|                | Kl. 19.00- 20.00  | Voksenholdet (fri banesvømning) | Martin Jakobsen         |
| <b>Onsdag</b>  | Kl. 08.00 – 09.00 | Gymnastik og svømning           | Bent                    |
|                | Kl. 09.00 – 10.00 | Gymnastik og svømning           | Bent, Ole               |
|                | Kl. 16.00 – 17.00 | Krokodillerne 0.kl - 3.kl       | Kasper, Silja           |
|                | Kl. 17.00 – 18.00 | Delfinerne 0.kl - 3.kl          | Kasper, Morten          |
| <b>Torsdag</b> | Kl. 08.00 – 09.00 | Varmtvandstræning 1             | Karina                  |
|                | Kl. 09.00 – 10.00 | Varmtvandstræning 2             | Heidi Poulsen           |
|                | Kl. 16.00 – 17.00 | Varmtvandstræning 3             | Bent                    |
|                | Kl. 17.00 – 18.00 | Varmtvandstræning 4             | Bent                    |
| <b>Fredag</b>  | Kl. 10.00 – 10.30 | Babysvømning 1                  | v/Hallen (start uge 2 ) |
|                | Kl. 10.30 – 11.00 | Babysvømning 2                  | v/Hallen (start uge 2 ) |
|                | Kl. 19.00 – 20.00 | Frisvømning                     | v/Hallen (start uge 1 ) |
| <b>Søndag</b>  | Kl. 10.00 – 12.00 | Frisvømning                     | v/Hallen (start uge 1 ) |

**Svømmeafdelingens sæson forår 2024 - uge 2 til og med uge 17. Kontingent 400 kr.**

**v/Hallen "hold" - Pris: 20,- børn og 30,- voksen- eller støtteabonnement  
(Babysvømning 8 gange (400 kr) tilmelding til [Bjarne@taarshallen.dk](mailto:Bjarne@taarshallen.dk)**

Mere information om holdene på <https://www.taars-ugilt-if.dk/Info-om-hold-> eller på <https://www.facebook.com/groups/1924609061099722/>

Vi ses i 30-32 grader varmt vand i Taars Svømmesal 😊