



RAS Trainingszeiten - Übersicht

Stand September 2026

Uhrzeit	Sportart	Ort	Übungsleiter- /innen	Gruppe
Montag				
15:00 – 16:00	Wassergymnastik, 1,20m	Schwimmbad Brenschenschule Witten-Bommern	Tatjana Link	Vereinssport
16:00 – 17:00	Wassergymnastik, 1,20m	Schwimmbad Brenschenschule Witten-Bommern	Tatjana Link	Vereinssport
Dienstag				
15:00 – 16:00	Baby-/ Kinderschwimmen (Wassergewöhnung)	Schwimmbad Brenschenschule Witten-Bommern	Gerd Klass	Vereinssport
16:00 – 17:00	Schwimmen	Schwimmbad Brenschenschule Witten-Bommern	Gerd Klass	Vereinssport
Mittwoch				
15:00 – 16:00	Wassergymnastik, 1,20m	Schwimmbad Brenschenschule Witten-Bommern	Daniela de Salengre	Vereinssport
16:00 – 17:00	Wassergymnastik, 1,20m	Schwimmbad Brenschenschule Witten-Bommern	Daniela de Salengre	Vereinssport
Donnerstag				
17:00 – 17:45	Gymnastik	Sporthalle Brenschenschule Witten-Bommern	Ulrike Weber	Vereinssport
17:45 – 18:45	Mobilisierung und Entspannung	Sporthalle Brenschenschule Witten-Bommern	Ulrike Weber	Vereinssport
18:00 – 19:00	Schwimmen	Schwimmbad Brenschenschule Witten -Bommern	Gerd Klass	Vereinssport
19:00 – 19:45	Wassergymnastik, 1,20m	Schwimmbad Brenschenschule Witten -Bommern	Ulrike Weber/Daniela de Salengre	Vereinssport
Freitag				
17:00 – 18:00	Schwimmen	Schwimmbad Brenschenschule Witten -Bommern	Gerd Klass	Vereinssport
17:00 – 17:45	Hocker-Gymnastik	Sporthalle Brenschenschule Witten- Bommern	Daniela de Salengre	Vereinssport
18:00 – 18:45	Aquajogging (Tiefwasser) Vorr. Schwimmer	Schwimmbad Brenschenschule Witten -Bommern	Daniela de Salengre	Vereinssport
19:00 – 19:45	Wassergymnastik, 1,20m	Schwimmbad Brenschenschule Witten -Bommern	Daniela de Salengre/Ulrike Weber	Vereinssport

Kontakt:

Reha – Aktiv – Sport Witten e.V.

Tel.: 015560 364362

[E-Mail: info@ras-witten.de](mailto:info@ras-witten.de)

[Web: www.ras-witten.de](http://www.ras-witten.de)