

## RSC70 Infobrief (Januar 2021)

### Online-Trainingsangebot für den Breitensport

Liebe Schwimmerinnen, liebe Schwimmer,

aufgrund der momentanen Situation können wir leider unserem Schwimmsport nicht nachgehen, da gemeinsamer Sport nicht erlaubt ist und die Schwimmbäder geschlossen sind. Dennoch ist es uns wichtig, dass ihr fit bleibt und nach dieser langen Durststrecke irgendwann wieder super ins Wasser springen könnt.

Deshalb möchten wir euch ein Online Training für alle Altersgruppen über Zoom anbieten, bei dem auch eure schwimmspezifische Muskulatur trainiert wird. Für das Training benötigt ihr ein Smartphone, Tablet oder PC mit Kamera und Mikrofon und genügend Platz bei euch zu Hause.

Das Training findet ab Februar immer **donnerstags von 17 bis 17.45 Uhr online bei Zoom** statt.

Wenn ihr auf das wöchentliche Training Lust habt, dann meldet euch bitte bei [schwimmwart breitensport@rsc70.de](mailto:schwimmwart_breitensport@rsc70.de) an. Ihr bekommt dann den Link geschickt.

Wenn ihr der Trainingseinheit beitreten möchtet und eine Übertragung des eigenen Bildes und des eignen Tons nicht erwünscht ist, bitte die lokale Kamera und/oder das lokale Mikrofon deaktivieren.

Vielen Dank für eure Treue zum Verein!