

Was brauche ich alles für das Schwimmtraining?

⇒ **Standard-Ausrüstung für das Training:**

Badeanzug / -hose
Schwimmbrielle
eventuell Badekappe (Haargummis)
Badeschlappen
Handtuch
Schwimmflossen
Getränk (Mineralwasser - KEINE GLASFLASCHEN!!!)
ggf. Eintritts-Geld (je nach Trainingsstätte)
Ausweis (bei Training z. B. in Österreich)

⇒ **Hier noch ein paar Dinge, die ganz nützlich sein können:**

Haar-Föhn
Haar-Bürste / Kamm
Taschentücher
Duschgel / Shampoo

⇒ **Je nach Trainings-Gruppe kann noch folgendes benötigt werden (bitte beim Trainer erkundigen):**

Paddles (evtl. Finger-Paddles)
Pull-Buoy
Schwimmbrett
(wahlweise Pullkick)