



**Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.**

Ortsgruppe Mühlheim e.V.

Ringstr. 1

63165 Mühlheim am Main

Tel.: 06108-76106

Fax: 06108-799275

www.muehlheim.dlrg.de

Informationen für alle an der DLRG Interessierten

Dieses Informationsschreiben soll Ihnen einen kurzen Überblick über unsere Tätigkeiten und Übungsabende geben. Falls Sie danach noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an einen der Trainer in den jeweiligen Übungsstunden.

Unsere Trainingszeiten:

Montag von 16.45 bis 18.00 Uhr Alter von 5 bis 9 Jahre

Montag von 17.45 bis 19.00 Uhr Alter von 9 bis 12 Jahre

Donnerstag von 17.45 bis 19.00 Uhr Alter von 11 bis 16 Jahre

Donnerstag von 18.45 bis 20.00 Uhr Alter von 14 bis 99 Jahre

Kinder, Jugendliche und Erwachsene sollten in der Lage sein, eine Bahn (25 m) im Schwimmbad zu schwimmen. Sollte dies der Fall sein, erhalten Sie weitere Informationen an den Trainingstagen von den Übungsleitern. Für Interessierte, die diese Voraussetzung noch nicht erfüllen können, empfehlen wir, zunächst einen Schwimmkurs im Mühlheimer Hallenbad zu belegen. Informationen hierzu erhalten Sie bei den Schwimmmeistern im Hallenbad.