

Lehrgangsausschreibungen und Informationen



zu den
Schwimmtechniklehrgängen

Schwimm-Techniklehrgänge „Nord und Süd“ 2010/2011:

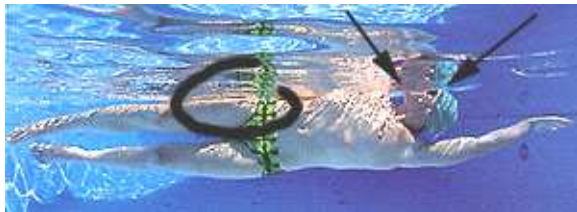
Für den talentierten Nachwuchs der **Jahrgänge 2000 - 2002** werden zur Schulung der Schwimmtechniken, wie auch in den Vorjahren Schwimmtechniklehrgänge angeboten. Diese Lehrgänge dienen der Vertiefung und Verfeinerung der vier Schwimmtechniken. Dafür ist es notwendig, dass die Kinder die Grobformen aller Schwimmtechniken beim Lehrgangsbeginn beherrschen.

Zum Lehrgangsinhalt / -ablauf:

Für die Landeinheit gehen wir in die Turnhalle: Es erfolgt ein Aufwärmprogramm mit abwechslungsreichen Dehn- und Gymnastik- und Kräftigungsprogrammen. Dadurch möchten wir die Beweglichkeit und die athletische Voraussetzung für den Schwimmerfolg der Kinder verbessern. In den Landteil fließen immer wieder Standardübungen aus dem IAT-Test mit ein.



In der Schwimmhalle werden vielseitige Technikübungen mit den Kindern einstudiert, die zu einer besseren Wasserlage verhelfen sollen. Es werden Tipps gezeigt, wie man z. B. den Wasserwiderstand verringern kann. Auch im Wasser werden wir zahlreiche Übungen aus dem IAT - Test einfließen lassen. Häufig bestehen hier Zusammenhänge mit den grundlegenden Lehrgangsinhalten wie z.B. das Gleiten oder die Delphin-Beinschläge. Angefangen wird mit den Wechselzugschwimmarten, ab Oktober erst mit dem Rückenschwimmen, danach folgt das Kraulschwimmen. Im neuen Jahr widmen wir uns dann den Gleichzugschwimmarten - dem Brustschwimmen und dem Schmetterlingsschwimmen.



Inhaltlich baut ein Termin auf den anderen auf, daher legen wir sehr viel Wert auf eine kontinuierliche Teilnahme. Ein Nachrücken bzw. ein Austausch von Schwimmern ist daher nicht möglich. Dieser Lehrgang findet insgesamt an 15 Terminen parallel an zwei verschiedenen Orten statt.

Lehrgangsorte:

Nord: Lehrgangsnummer: STL 2010/11 - 1
Friedensschule Münster, Echelmeyerstr., von 14:00 - 17:00 Uhr
Termine siehe unten!

Süd: Lehrgangsnummer: STL 2010/11 - 2
Hallenbad Gladbeck, Bottroper Str. 33, von 14:00 - 17:00 Uhr oder
abweichend Traglufthalle Gladbeck, Schützenstr. 110, von 11:00 – 14:00 Uhr
Trainingsorte und -termine können von Lehrgangsplan abweichen, näheres wird zu Lehrgangsbeginn von den Trainern bekannt gegeben.

Termine: 18.09.; 25.09.; 02.10.; 30.10.; 06.11.; 13.11.; 20.11.; 27.11.2010
+ sieben weitere Termine im Frühjahr 2011 (insgesamt 15 Termine)

Meldeschluss: Freitag, 10.09.2010, 18:00 Uhr

Meldeanschrift: Jens Lohaus
Rudolf-Harbig-Weg 39, 48149 Münster
Tel.: 0251 / 28 72 989 oder
Mobil: 0179 – 66 181 77
Email: Jens.Lohaus@sb-nw.de

Meldeunterlagen: 1. Anmeldebogen (bitte die Lehrgangsnummern beachten!)
2. Meldegeld (siehe Zahlungshinweise!)
→ unvollständige Meldungen werden zurückgewiesen!!!

Meldebestätigung: Spätestens nach Ablauf des Meldeschlusses erhalten Sie vom Sachbearbeiter Schwimmtechniklehrgänge eine Eingangsbestätigung Ihrer Meldungen. Sollten Sie diese nicht binnen weniger Tage nach dem Meldeschluss erhalten, informieren Sie sich bitte ob Ihre Meldungen angekommen sind.

Zahlungshinweis: Einzugsermächtigung oder Verrechnungsscheck
Überweisung nur mit vorheriger Absprache mit dem Sachbearbeiter Schwimmtechniklehrgänge!!!

Kosten: 60,00 € pro Teilnehmer
für 15 Termine



Sonstiges: Es stehen für die beiden Lehrgänge nur begrenzte Kapazitäten zur Verfügung, daher kann jeder Verein maximal 5 Teilnehmer melden. Der Reihenfolge des Einganges der Meldungen wird dabei nicht berücksichtigt.

Der zuständige Sachbearbeiter im Schwimmausschuss behält sich vor, bei zu hohen Meldezahlen einzelnen Teilnehmer abzusagen bzw. ganze Vereine einem andern Lehrgangsort zuzuordnen. Zu Beginn eines Lehrganges werden die Kinder durch die Lehrgangstrainer gesichtet, danach wird dann über den Verbleib im Lehrgang entschieden. Nähere Einzelheiten zu den Lehrgangsinhalten werden am ersten Lehrgangstag mitgeteilt.

Neben Sport- und Schwimmbekleidung sollten die Teilnehmer Schwimmbrillen, -flossen, Brett und Pullboy bzw. Pullkick zum Lehrgang mitbringen. Gehen weniger als 20 Meldungen ein, fällt die Förderungsmaßnahme aus. Hierüber wird dann umgehend informiert.

Für Informationen zu den Lehrgängen steht Ihnen der Sachbearbeiter Schwimmtechniklehrgänge unter der Meldeanschrift gerne zur Verfügung!!!

