

Lehrgang: Trainingsaufbau für Freistil und Rücken im Nachwuchsbereich

Am **NWLZ**-Standort Ahlen im SV OWL wird folgender Lehrgang über 4 Lerneinheiten in Praxis und Theorie angeboten.

Inhalte:

- Technische Verbesserungen des Freistil- und Rückenschwimmens im Nachwuchsbereich Wettkampfsport;
- Möglichkeiten des Fehlersehens und der Fehlerkorrektur zur Steigerung der Leistungsfähigkeit

Lernziele/Kompetenzen:

- Die Bedeutung einer guten Technikausbildung im Bereich Kraul- und Rückenschwimmen als Grundlage für Erfolge im Wettkampfsport Schwimmen kennen
- Theorie und Praxis der von Übungen verstehen und vermitteln können
- Technische Fehler sehen und Korrekturmöglichkeiten kennen

Zielgruppe:

- Helfer und Übungsleiter in den Vereinen, die im Anfänger- und Nachwuchsbereich der Vereine eingesetzt sind und auf die Teilnahme an Wettkämpfen hinarbeiten.

Voraussetzungen:

- Mindestalter 14 Jahre, Grund-Kenntnisse der Rettungsfähigkeit, Empfehlung eines Schwimmvereins

Teilnahmegebühr:

- 45 € für Teilnehmer aus dem SV OWL, 55 € für Teilnehmer anderer Bezirke/LSV, 90 € für Teilnehmer, die keinem Verein innerhalb des DSV angehören.

Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 8, die maximale Teilnehmerzahl 15 Personen. Diese Lehrgänge werden mit 4 LE zur Fortbildung für

- Trainer C Leistungssport Schwimmen,
- Trainer C Breitensport
- Zertifikat Schwimmlehrerassistent*in
- Zertifikat Schwimmlehrer*in

anerkannt.

Angebot 1

Datum: 22. November 2024

Ort: Hallenbad Ahlen

Uhrzeit: 17 – 20 Uhr

Meldungen erfolgen über das Meldeformular. Meldeschluss ist der 16. November. Die Teilnahmegebühr wird vom SV OWL eingezogen.

Referent: Uwe Witte, Lehrreferent Schwimmen im SV NRW

Leitung: Ulrike Urbaniak, Schwimmwartin OWL