

## Lehrgang: Trainingsaufbau für das Erlernen und Festigen des Schmetterlingsschwimmens im Nachwuchsbereich

An den **NWLZ**-Standorten im SV OWL wird folgender Lehrgang über 4 Lerneinheiten in Praxis und Theorie angeboten.

Inhalte:

- Einführung in das Schmetterlingsschwimmen
- Technische Verbesserungen des Schmetterlingsschwimmens im Nachwuchsbereich Wettkampfsport;
- Möglichkeiten des Fehlersehens und der Fehlerkorrektur zur Steigerung der Leistungsfähigkeit

Lernziele/Kompetenzen:

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

Zielgruppe:

- Helfer und Übungsleiter in den Vereinen, die im Anfängerschwimmbereich 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 2**

Datum: 5. Juli 2024

Ort: Hallenbad Ahlen

Uhrzeit: 17 – 20.15 Uhr

Meldungen erfolgen über das Meldeformular. Meldeschluss ist der **20. Juni 2024**. Die Teilnahmegebühr wird vom SV OWL eingezogen.

Referent: Uwe Witte, A-Trainer

Leitung: Ulrike Urbaniak, Schwimmwartin OWL