

Informationen - SV Telfes Sektion Schwimmen - Herbstsemester 2021

Allgemeine Informationen:

- Voraussetzung zu Teilnahme: Mitgliedschaft beim SV Telfes
 - Kindertraining richtet sich im Allgemeinen an Kinder aus der Gemeinde Telfes !
Für Restplätze gilt ab Fr 15.10.2021 16:00 Uhr "first COME first SERVE" gereiht nach E-Mail Eingang !
- Eintritt: Kinder 4,20 Euro und Erwachsene 5,50 Euro – Ermäßigung nur mit Mitgliedskarte Sektion SCHWIMMEN
- Zusätzlicher Trainingsbeitrag: 30 Euro pro Kind/Erwachsener pro Semester
- Kind- und erwachsenengerechtes Trainingsmaterial (Bretter/Flossen/Schwimmnudel) wird gestellt!

NEU:

- **Kindertraining von Mittwoch auf Freitag 16:00-18:00 verlegt !**
- **Mittwoch Erwachsenen-Training nach Plan bis auf weiteres ohne Trainer von 18:00 – 20:00 Uhr möglich**
 - ➔ Uns ist es leider beruflich nicht möglich ein weiteres geführtes Training anzubieten, wir suchen hier noch einen Trainer. Wenn jemand Lust hat ein Training zu übernehmen, einen Übungsleiter zu machen oder Sportstudenten kennt, bitte bei Michael Tanzer oder Oliver Karle melden. Pläne werden von uns zur Verfügung gestellt.

Sonderregelung:

Aufgrund der COVID19/Pandemie Situation und der bedingten Schließung des Stubay und des Abbruchs der Einheiten im Vorjahr, werden wir für Teilnehmern aus dem vorgehenden Trainingsjahr, keinen Trainingsbeitrag erheben.

➔ Mit der Bitte um „Aktive Abmeldung“ alle die sich nicht abmelden, werden als Teilnehmer gelistet!. ←

Zeitraum:

- *Herbstsemester 2021: 11.10.2021 – 20.12.2021 – 10 Termine*
- *! Abweichung - Trainingsstart KINDER ! Fr 22.11.2021 (Grund Trainingslager SV Köln)*
- In den Ferien/Feiertagen findet kein Trainingsbetrieb statt

Anmeldung: via schwimmen@sv-telfes.at

- Anmeldung via Homepage oder schwimmen@sv-telfes.at
Für neue Teilnehmer – Nennungsschluss:
 - Erwachsene bis 09.10.2021
 - Kinder der Gemeinde Telfes bis 15.10.2021 / 15:59 (ab 16:00 - Start Registrierung Restplatzbörse)

Training Kinder:

Gruppen	Kids 1 6-9 Jahren Zeit: Freitag 16:00 – 17:00 Kids 2 9-12 Jahren Zeit: Freitag 17:00 – 18:00
Inhalt	Sicherheit im Wasser, Grundfertigkeiten und Grundlagentechnik der einzelnen Schwimmformen trainieren & verinnerlichen !
Voraussetzung	Mind. 1 Bahnlänge in beliebigem Schwimmstil schwimmen ! SCHWIMMKURS muss absolviert sein – <u>TRAINING ist kein SCHWIMMKURS !</u>
Trainer	Anna + Michl (Back Up Jessi)
Teilnehmeranzahl	10 - 14 Kinder/Gruppe

Training für Erwachsene:

Gruppe	Erwachsenen 1 Zeit: Montag 18:00 – 19:00
Inhalt	Grundfertigkeiten der einzelnen Schwimmformen erlernen Vermittlung der richtigen Brust, Kraul und Rückentechnik und Grobform der Wendetechnik
Voraussetzung	grobe Schwimmfertigkeiten vorhanden (Brust, Kraul und Rücken in sehr grober Form vorhanden)
Trainer	Oliver
Teilnehmeranzahl	pro Bahn 8-10 (max. TN-Zahl 16-20)
Zielgruppe	Erwachsenen 2 Zeit: Montag 19:00 – 20:00
Inhalt	Verfeinerung der erlernten Technik, Korrektur von antrainierten Fehlern Grundlagen für längere Distanzen legen, Erlernen der 4. Disziplin Delphin, leicht forderndes Konditionstraining im Grundlagenbereich.
Voraussetzung	Brust, Kraul und Rückentechnik vorhanden.
Trainer	Oliver
Teilnehmeranzahl	pro Bahn 8-10 (max. TN-Zahl 16-20)
Gruppe	Erwachsenen nach Plan Zeit: Mittwoch 18:00 – 20:00
Inhalt	Ausdauerplan / Grundlagen für längere Distanzen legen. Verschiedenste Technik, Kraft und Ausdauerpläne
Teilnehmeranzahl	pro Bahn 8-10 (max. TN-Zahl 16-20)