

Landesseesportverband Sachsen e.V.

Mitglied im Deutschen Seesportverband

Mitglied im Landessportbund Sachsen

Zentrale Trainingskurse Knoten + Werfen mit Abnahme des Seesportabzeichens

Veranstalter: Landesseesportverband Sachsen e.V.

Termin: 27.01. – 28.01.2018

Ort: Grundschule „Wilhelm Ostwald“
Platz der Einheit 7
04668 Grimma
Turnhalle der Grundschule, Sportplatz Grimma-Süd Am Pulverturm 8,
Schwimmhalle Grimma-West

Anreise ab 26.01.2018 ab 17.00 Uhr möglich

Anreise am 27.01.2018 bis 8.00 Uhr

Beginn: 27.01.2018 8.30 Uhr

Ende: 28.01.2018 14.00 Uhr

Ansprechpartner: Iris Berg-Bujak 0174 3168203

Disziplinen:

1. Leistungstraining Knoten und Wurfleine gemäß DSSV-Sportordnung
2. Intensivtraining Knoten und Wurfleine gemäß DSSV-Sportordnung
3. Abschlusswettkampf am Sonntag, 29.01.2017 zur Leistungsdokumentation
4. Abnahme des Seesportabzeichens → **Schwimmsachen nicht vergessen!**

Form/ Ziel: Einteilung von Gruppen nach Leistungsniveau mit dem Ziel dieses anzuheben

1. Gruppe = individuelles Techniktraining mit Videoanalysen → Hauptziel Schnelligkeit und Weite
2. Gruppe = Techniktraining unter Anleitung → Hauptziel Sicherheit

Teilnehmer: Mitglieder der Mitgliedsvereine des Landesseesportverbandes Sachsen e.V.
Das Beherrschen der Knoten mit Wettkampferfahrung ist grundlegende Voraussetzung für eine Teilnahme.
Bitte nur die aus dem Verein anmelden, die auch wirklich bereit sind, etwas dazu zu lernen. Eine entsprechende zweckmäßige Trainingsbekleidung für drinnen und draußen gehören ebenfalls dazu.

Trainer: Susan Friedrich (LSC e.V.) und weitere Spitzensportler des Landesverbandes Sachsen (amtierende oder ehemalige Deutsche Meister der Disziplinen Knoten u. Wurfleine)

Trainer Vereine: Jeder Verein bringt Trainer mit → 1 Trainer/ 5 Teilnehmer und ist mit der Anmeldung namentlich zu benennen.
Die Kosten für ÜN und Verpflegung der Trainer werden vom Landesverband Sachsen übernommen. Fahrtkosten nur bei Fahrgemeinschaften.

Meldung: **Bis 22.01.2018 per Post, Telefon oder E-Mail: info@seesportverein-grimma.de**
Formlos unter Angabe Anzahl der Teilnehmer mit und ohne Übernachtung sowie Zeitpunkt der geplanten Anreise!
Eine Liste mit Knotenbestzeit und Wurfleinenweite der Teilnehmer ist der Anmeldung bei zu fügen!

Unterkunft: Klassenzimmer der Oberschule Grimma (Luftmatratze und Schlafsack mitbringen)
3,- €/ Übernachtung und Person

Verpflegung: Samstag Frühstück bis Sonntag Mittagessen
15,-€ / Person und Vollverpflegung; 4,-€ / Mittagessen (ohne VP)

Wir freuen uns auf rege Teilnahme.

Viele Grüße von

Iris Berg-Bujak Präsidentin Landesseesportverband Sachsen e.V.