

Ausschreibung

Schmetterling spezial

Fachbereich:	Schwimmen Leistungs- und Breitensport
Lehrgangsnummer:	2021-620
Termin:	04.12.-05.12.2021
Umfang	15 LE (Theorie und Praxis)
Zielgruppe	lizenzierte Trainer C Leistungs- und Breitensport Schwimmen
Inhalt:	<ul style="list-style-type: none">• Vorübungen zur Körperwelle• Delphinkicks und Delphinbeinschlag unterschiedlich trainieren• Knackpunkt: Timing• Qualität vor Quantität – Trainingsmaxime im Nachwuchssport• Schmetterlingschwimmen – die Knackpunkte• Optimierung der Schwimmtechnik• Schwimmarmspezifische Trainingsserien und Übungen <p>Die Inhalte werden mittels Theorieeinheiten, Gruppenarbeiten, sowie Praxiseinheiten vermittelt.</p>
Gebühr:	BSV Mitglieder: 155,00 € Mitglieder anderer DOSB Vereine: 230,00 € Externe: 310,00 €
Ort:	Würzburg
Leistungen:	keine Übernachtung/Mittagessen am Samstag
Anmeldung:	Anmeldeschluss: 14.11.2021 Anmeldung unter: www.bayerischer-schwimmverband.de/bildung/Termine Lehrgänge
Lizenzverlängerung:	15 LE / empfohlen für 1. Lizenzstufe Leistungs- und Breitensport Schwimmen
Referenten:	Peggy Conrad, Lena Kalle, Jeannette Komma

