



Fortbildung: Freiwasserschwimmen 21.07.2019 in Neuendettelsau

Liebe Athletinnen und Athleten,
sehr geehrte Trainer und Betreuer,

damit Athleten Freude am Sport haben, ihre eigenen Fähigkeiten verbessern können und sie Erfolgserlebnisse haben können, ist es von zentraler Bedeutung, dass sie sowohl während des Trainings als auch bei Wettbewerben fachgerecht begleitet werden. Wir von Special Olympics Bayern sehen es deshalb als unsere Aufgabe, Ihnen neben zahlreichen Sportveranstaltungen die Möglichkeit zu geben, sich in den unterschiedlichen Sportarten weiterzubilden. Dazu möchten wir Ihnen verschiedene Seminare anbieten, in denen die Wissensvermittlung und der Erwerb gezielter Qualifikationen von zentraler Bedeutung sind.

Die Sportart Freiwasserschwimmen erfreut sich immer größerer Beliebtheit und wird inzwischen von einigen unserer Athleten aktiv ausgeführt. Deshalb soll dieses Seminar neuen und langjährigen Trainern, Betreuern und Athleten die Möglichkeit bieten, sich (weiter) mit der Sportart Freiwasserschwimmen auseinanderzusetzen.

Die Fortbildung wird aus einem Theorieteil am Vormittag und einem Praxisteil am Nachmittag bestehen.

Trainer/innen sowie Athletinnen und Athleten haben bei dieser Fortbildung die Möglichkeit, das Regelwerk und die Regularien Open Water kennen zu lernen und ihre Kenntnisse zu vertiefen. Da sich das Schwimmen im offenen Gewässer vom Schwimmen in der Halle unterscheidet, werden diese Unterschiede und die daraus resultierenden Trainingsmethoden Gegenstand der Schulung sein.

Es wird thematisiert, wie sich die Schwimmer/innen im offenen Gewässer orientieren, sowie die passende Atmung und Blickrichtung. Tipps zum Aufwärmtraining und Starts im Wasser, Hinweise, wo und wie Freiwasserschwimmen machbar ist sowie Ratschläge zur richtigen Bekleidung werden durch die erfahrene Referentin gegeben. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Körperwahrnehmung und auf dem Verhalten in Notsituationen. Die praktischen Übungseinheiten finden im See statt.

Unterstützt durch:
Lions Club Distrikt 111
Bayern-Süd



Gefördert durch:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Bitte beachten Sie, dass nur ausgewählte Themen ausführlicher behandelt werden können. Sie haben Interesse an der Fortbildung, wollen aber einen genaueren Ablauf im Vorhinein der Veranstaltung? Bitte melden Sie sich in diesem Fall gerne per Mail bei Johanna Hiendl (hiendl@specialolympics-bayern.de).

Viele Menschen schwimmen gerne im Freien.
Zum Beispiel in einem See.
Das nennt man Frei-Wasser-Schwimmen.

Die Fortbildung ist zum Beispiel für Athleten und Trainer.
Sie lernen zum Beispiel:
Welche Regeln müssen beachtet werden?
Welche Übungen gibt es?
Es gibt Theorie-Teile und Praxis-Teile.

Zielgruppe:	Sportlehrer und Sportbeauftragte von Förderschulen und Einrichtungen, Athletinnen und Athleten
Datum:	Sonntag, 21. Juli 2019, 10.00 – 17.00 Uhr
Referent:	Sabine Jördens , nationale Koordinatorin Freiwasserschwimmen
Ort/Anschrift:	Diakonie Neuendettelsau, Bereich Wohnen Wilhelm-Löhe-Str. 12 86759 Neuendettelsau Bitte beachten Sie: Der Praxisteil findet am Nachmittag bei einem See in der Umgebung (ca. 45 Min. Fahrtzeit) statt.
Material	Bitte bringen Sie Sportbadebekleidung mit.
Kosten:	10,00 € pro Person Für Verpflegung ist gesorgt. Reisekosten und evtl. nötige Unterkunft sind von den Teilnehmern selbst zu tragen.
Bild- und Filmrechte:	Mit der Anmeldung bestätigen wir Special Olympics Deutschland in Bayern e.V. die Rechteübertragung zur Veröffentlichung und weiteren Verbreitung von Bild- und ggf. Filmmaterial, das während der Veranstaltung gemacht wurde.
Datenschutz:	Mit der Anmeldung willige ich aktiv dazu ein, dass alle Daten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur Planung und Durchführung des Aktivtages dem Verein Special Olympics Deutschland in Bayern e.V. sowie den verantwortlichen Mitarbeitern zugänglich sind und in eine Adressdatei von Special Olympics Deutschland in Bayern e.V. aufgenommen werden. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben und nach gesetzlichen Vorgaben gelöscht.
Versicherung/Haftung:	Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung.
Anmeldung:	Anmeldeschluss: 05. Juli 2019 Anmeldebogen per Fax, Post oder Mail an: Special Olympics Deutschland in Bayern e.V. Johanna Hiendl Georg-Brauchle-Ring 93 80992 München Tel. 089 - 1434 1838 Fax. 089 - 1434 1839 hiendl@specialolympics-bayern.de