

Hessischer Schwimm – Verband

Geschäftsstelle, Otto-Fleck-Schneise 4, Frankfurt, Tel.: 069-6789-210
info@hessischer-schwimm-verband.de



HSV-Kompaktfortbildungswochenende 19. – 20.10.2024

Am 19. und 20.10.2024 (S12/24) bietet der Hessische Schwimm-Verband in der Sportschule des Landessportbundes Hessen ein Fortbildungswochenende an.

Das Wochenende wird mit 16 Unterrichtseinheiten zur C- und B-Trainerlizenzverlängerung anerkannt.

An- bzw. Abreise gehen zu Lasten der Teilnehmer und werden eigenverantwortlich organisiert.

Ein Mittagessen ist in der Teilnahmegebühr inkludiert. Getränke können am Automaten in der Landessportschule erworben werden.

Die Teilnahmegebühr beträgt für das komplette Wochenende 150,-€ **ohne Übernachtung**. Übernachtungen können direkt über den HSV angefragt werden und kosten 40,-€ inkl. Frühstück. Übernachtungen werden ausschließlich in Doppelzimmern angeboten.

Interessenten melden sich mit **Angabe ihres Namens, Adresse, Verein, Zimmerwunsch** unter: info@hessischer-schwimm-verband.de an.

Sie erhalten im Anschluss eine Eingangsbestätigung und rechtzeitig vorher eine Rechnung, die bis zum 18.09.2024 beglichen werden muss.

Anmeldeschluss ist der 09.09.2024

Interessenten anderer Landesverbände können nur bei freien Kapazitäten berücksichtigt werden.

Tagungsort: Landessportschule Frankfurt, Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt/M.

Eine Anfahrtsbeschreibung finden Sie hier:

<https://www.landessportbund-hessen.de/geschaeftsfelder/bildungsstaetten/frankfurt/anfahrt/>

Programm:

Samstag, 19.10.2024 – Referent: Dennis Brocks

- 9:30 - 11:00 Uhr Krafttraining Teil1 (Theorie)
- 11:00 - 11:15 Uhr *Pause*
- 11:15 – 12:45 Uhr Krafttraining Teil 2 (Praxis)
- 12:45 – 13:30 Uhr Mittagessen
- 13:30 – 15:00 Uhr Ernährung
- 15:00 – 15:15 Uhr *Pause*
- 15:15 – 16:45 Uhr Fehlerkorrekturen in der Praxis (Praxis)

Sonntag, 20.10.2024 – Referent: Christian Karsch

- 9:30 – 11:00 Uhr Kommunikation im Training (Theorie)
- 11:00 – 11:15 Uhr *Pause*
- 11:15 – 12:45 Uhr Wasserlage und Geschwindigkeit (Praxis)
- 13:00 – 13:45 Uhr Mittagessen
- 14:00 – 15:30 Uhr Athletikübungen für Starts und Wenden (Theorie und Praxis)

Dennis Brocks: A-Lizenztrainer Schwimmen, ehemaliger Bildungsreferent in Schleswig-Holstein, Stützpunktrainer bei den Wasserfreunden Fulda

Christian Karsch: Referent an Hochschulen und Schwimmverbänden

Für die Praxis bitte Sportbekleidung, Hallenschuhe, Schwimmbekleidung, Equipment und Flossen mitnehmen. Der Referent, Christian Karsch, bietet Lehrgangsmaterial an, dass im Nachgang bei ihm erworben werden kann.

Die Fortbildung wird 15 LE zur Verlängerung zur Verlängerung von C und B Trainer Lizenzen Leistungssport und Breitensport angerechnet.