

## Lehrgang Technik- und Koordinationsübungen mit Schwerpunkt: Vorbereitung auf eine Teilnahme an der Nachwuchs-Sichtungsveranstaltung OWL-IX

Der SV OWL bietet am NWLZ - OWL, Teilstandort Stukenbrock, am 30. November einen Lehrgang über 4 Lerneinheiten in Praxis und Theorie an.

Inhalte:

- Technischschulung und Koordinationsübungen am Beispiel OWL-IX; Einstieg in den Wettkampfsport;
- Sicherheitsaspekte

Lernziele/Kompetenzen:

- Die Bedeutung von Gleiten, Tauchen, Springen, Delphinbewegung und Koordination als Grundlagen für den erfolgreichen Wettkampfsport Schwimmen
- Ausdauer- und Vielseitigkeitsschulung als Grundlagen für den Wettkampfsport Schwimmen
- Anforderungen an die Ausbilder bezüglich Sicherheitsaspekten

Zielgruppe:

- Helfer und Übungsleiter in den Vereinen, die im Anfängerschwimmbereich der Vereine eingesetzt sind und auf die Teilnahme an Wettkämpfen hinarbeiten. Jeder Teilnehmer kann bis zu zwei Kinder seiner eigenen altersgemäßen Trainingsgruppe mitbringen.
- Kinder im OWL-IX-Alter, 6-9 Jahre

Voraussetzungen:

- Mindestalter für die Übungsleiter: 14 Jahre, Grund-Kenntnisse der Rettungsfähigkeit, Empfehlung eines Schwimmvereins

Teilnahmegebühr:

- 45 € für Teilnehmer(Übungsleiter) aus dem SV OWL, 55 € für Teilnehmer anderer Bezirke/LSV, 90 € für Teilnehmer, die keinem Verein innerhalb des DSV angehören.

Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 8, die maximale Teilnehmerzahl 15 Personen.

**Durch diese Fortbildungen können die folgenden Lizenzen mit 4 LE verlängert werden:**

- Trainer\*in C Leistungssport Schwimmen
- Trainer\*in C Breitensport Schwimmen
- Zertifikat Schwimmlehrerassistent\*in
- Zertifikat Schwimmlehrer\*in

### **Angebot 1**

Datum: 30.11.2023

Ort: Hallenbad in Stukenbrock

Uhrzeit: 17.00 – 20.30 Uhr

Meldungen erfolgen über das Meldeformular. Meldeschluss ist der 14. November 2023. Die Teilnahmegebühr wird vom SV OWL eingezogen.

Referenten: Nina Höhmann, Koordinatorin OWL-IX im SV OWL und Pia Oberhokamp, zuständige Trainerin für den Nachwuchswettkampfsport im SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock

Leitung: Ulrike Urbaniak, Schwimmwartin OWL