

Fortbildung Trainer-A-Lizenz und Jugendtrainer Schwimmen DSV
-Schwimmen wie Arielle oder die Wellenbewegung im Sportschwimmen-
Delphinbewegung – Ziel, Funktion und Bedingungen ihrer Ausbildung im Sportschwimmen
23.09. – 25.09.2016 Leipzig

Vorläufiges Programm-

Freitag, den 23.09.2016

Ort: Hörsaal Nord

- 19:00 – 19:15 Uhr Begrüßung und Einordnung der Fortbildungsthematik
PD Dr. W. Sperling,
Lehrreferent Schwimmen, DSV
- 19:15 – 21:00 Uhr Podiumsgespräch mit Paul Biedermann und Frank Embacher
Moderation: T. Meyer

Samstag, den 24.09.2014

Ort: Hörsaal Nord

- 08:30 – 09:00 Uhr Reflexion Podiumsgespräch
- 09:00 – 10:20 Uhr „Rückblick Olympische Spiele 2016“
L. Buschkow, DSV-Direktor Leistungssport/ H.
H. Lambertz, Chefbundestrainer Schwimmen
- 10.20 – 10.30 Uhr (Kaffee)Pause**
- 10:30 – 11:30 Uhr "Delfinbewegung lehren und lernen"
Dr. K. Reischle; Universität Heidelberg
- 11:30 – 12:30 Uhr Methodische Ansätze der Ausbildung der Delphinbewegung im
Anfängerschwimmen
Dr. M. Kopitz; Berliner Schwimm-Verband
- 12.30 – 13.30 Uhr Mittag (Sportgymnasium)**
- 13:30 – 14:45 Uhr Praxisteil in Gruppen/ Ort: Uni-Schwimmhalle/Kanal/Mehrzweckhallen (Teil I)
- Gruppe 1: Messplatztraining Start/ Wende (Schwimmhalle)
Dr. J. Kuchler, IAT Leipzig
Dr. J. Graumnitz, IAT Leipzig
- Gruppe 2: Übungen zur Knie-, Hüft-, Rumpfstabilität im Schwimmkanal
K. Sperling & Assistentin; Leipzig
- Gruppe 3: Übungen nach R. J. H. Kiphuth als Standard im Landtraining (MZH/ Schwimmhalle)
M. Pönisch; LSV Brandenburg
- Gruppe 4: Technikintervention beim Schmetterlingsschwimmen -
Schwimmhalle im Aufbautraining
S. Bibow; Uni. Leipzig

- Gruppe 5: Übungen zur Knie-, Hüft- und Rumpfstabilität (MZH/Fakultät)
H. Meyer-Koop; OSP Hamburg
- Gruppe 6: Übungen zur Rumpfstabilität im Landtraining der Schwimmer (MZH/Fakultät)
S. Peter; Berlin

anschließend Wechsel der Teilnehmenden in eine andere Gruppe

15: 00– 16:15 Uhr Praxisteil in Gruppen/Ort: Uni-Schwimmhalle/Kanal/Mehrzweckhallen (Teil II)

- Gruppe 1: Messplatztraining Start/ Wende (Schwimmhalle)
Dr. J. Kuchler, IAT Leipzig
Dr. J. Graumnitz; IAT Leipzig
- Gruppe 2: Übungen zur Knie-, Hüft-, Rumpfstabilität im Schwimmkanal
K. Sperling/Assistentin; Leipzig
- Gruppe 3: Übungen nach R. J. H. Kiphuth als Standard im Landtraining (MZH/ Schwimmhalle)
M. Pönisch; LSV Brandenburg
- Gruppe 4: Technikintervention beim Schmetterlingsschwimmen
- Schwimmhalle im Aufbautraining
S. Bibow; Uni. Leipzig
- Gruppe 5: Übungen zur Knie-, Hüft- und Rumpfstabilität (MZH/Fakultät)
H. Meyer-Koop; OSP Hamburg
- Gruppe 6: Übungen zur Rumpfstabilität im Landtraining der Schwimmer (MZH/Fakultät)
S. Peter, Berlin

16:30 – 17:15 Uhr Zusammenführende Betrachtungen zum Praxisteil (Hörsaal Nord)
H. Meyer-Koop; OSP Hamburg

17:15 – 18:45 Uhr Aspekte des Krafttrainings im Schwimmen
Dr. K. Wirth; Uni. Frankfurt/Main

18:45 – 19:45 Uhr Abendbrot (Sportgymnasium)

Sonntag, 25.09.2016

Ort: Hörsaal Nord

- 09:00 – 10:00 Uhr „USRPT oder der Glaube macht’s!“
Dr. K. Rudolph; DSTV
- 10:00 – 10:45 Uhr Erste Ergebnisse Auswertung Olympiazzyklus 2013 – 2016 und Ausblick neuer Olympiazzyklus 2017 - 2020
H. Lambertz;
DSV-Chefbundestrainer Schwimmen
- 10.45 – 10.55 Uhr (Kaffee)Pause

10:55 – 12:10 Uhr	Auswertung Wettkampfhöhepunkt JEM	F. Lamodke; DSV Bundetrainer Diagnostik begleitende „Heimtrainer“
12:15 – 13:00 Uhr	Dopingprävention	T. Moschner & Juniorbotschafter Anti-Doping Team, DSV-Jugend
13.00 – 13.30 Uhr	Abschluss, Ausgabe der Teilnehmerbescheinigungen, neues Lizenzsystem	PD Dr. W. Sperling, Lehrreferent Schwimmen, DSV & DSV GS