

**Ausschreibung DSV-Trainerfortbildung
Synchronschwimmen 2/2016
für Trainer/innen mit A-/B-Lizenz im Synchronschwimmen**

Datum: 02.12.2016 – 04.12.2016

Ort: Sportschule und Bildungsstätte des LSB Hessen in Frankfurt a. Main

Durchführungsbedingung

Die Veranstaltung wird nur dann durchgeführt, wenn sich mindestens 12 Teilnehmerinnen termingerecht angemeldet haben.

Teilnahmeberechtigung

Diese Fortbildung richtet sich an alle Trainer/innen mit A- oder B-Lizenz Synchronschwimmen. Trainer/innen mit einer C-Lizenz Synchronschwimmen, regionale Übungsleiter sowie weitere Interessenten sind zur Teilnahme an dieser Fortbildung ebenfalls zugelassen.

Kosten

Die Teilnahmegebühr beträgt für A- Lizenztrainer/innen **50,-€** inklusive ÜN/VP in der Sportschule. Für B- und C-Lizenztrainer/innen und für sonstige Teilnehmer/innen beträgt die Teilnahmegebühr **150,-€** inklusive ÜN/VP in der Sportschule. (Kosten ohne Übernachtung: 100,-€) Die Teilnahmegebühr ist am Anreisetag in bar vor Ort zu bezahlen. Die Fahrtkosten sind von allen Teilnehmer/innen selbst zu finanzieren.

Unterkunft/Verpflegung

Für termingerecht angemeldete Teilnehmer/innen wird als Unterkunft die Sportschule und Bildungsstätte des LSB Hessen, Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt, angeboten.

Für verspätet eingehende Meldungen kann das Übernachtungsangebot nicht aufrechterhalten werden, und eine Hotelreservierung muss dann eigenständig vorgenommen werden.

Teilnahmemeldung/ Meldeschluss

Die Anmeldung ist schriftlich bis zum **31. Oktober 2016** an folgende Adresse zu senden:

Frau
Doris Walper
Kulmer Straße 2
44789 Bochum

E-Mail: doris.walper@googlemail.com

Teilnahmebestätigung

Alle Teilnehmer/innen erhalten im Anschluss an die Fortbildung eine Teilnahmebestätigung.

Themenplan (Entwurf)

	Uhrzeit	LE	Referent/In	Thema
FR 2.12.			Anreise, Zimmerbelegung	
	18.00		Begrüßung & Einführung	
	18.15		Abendessen	
	18.45-19.30	1	Doris Walper	Auswertung der internationalen Wettkampf-Ergebnisse aus der Saison 2016
	19.30-21.00	2	Plenum	Analyse & Diskussion der Saison-Ergebnisse und Erarbeitung von geeigneten Maßnahmen zur sportlichen Weiterentwicklung
SA 3.12.	08:15		Frühstück	
	09.00-10.00	1	Doris Walper	Der aktuelle technische Leistungsstand deutscher Synchronschwimmerinnen im internationalen Vergleich aus Trainer- und Wertungsrichter-Sicht anhand ausgewählter Pflicht- und Kürtechniken
	10.00-12.00 (Praxis SH)	3	Tatiana Reich, Stella Mukhamedova, Doris Walper	Praktische Hinweise zur Verbesserung der Pflicht -Techniken deutscher Athletinnen unter besonderer Berücksichtigung internationaler Standards, biomechanischer Prinzipien und spezifischer Bewertungskriterien
	12.15		Mittagessen & Mittagspause	
	14.00-15.30 (Praxis SH)	2	Doris Walper	Automatisierung versus Vielseitigkeit? Stabilität versus Variabilität? – Trainingshinweise zur Verbesserung der sensomotorischen Eigenwahrnehmung als Grundvoraussetzung zur Technikverbesserung
	15.30		Kaffeepause	
	16.00-18.00 (Praxis SH)	3	Tatiana Reich, Stella Mukhamedova, Doris Walper	Praktische Hinweise zur Verbesserung ausgewählter Aspekte der Kür -Darbietungen deutscher Athletinnen unter besonderer Berücksichtigung internationaler Standards und spezifischer Bewertungskriterien
	18.15		Abendessen anschließend „geselliger Erfahrungsaustausch“	
SO 4.12.	08.15		Frühstück	
	09.00-09.45	1	Doris Walper	Zur Bedeutung von Aufmerksamkeit & Konzentration, Motivation & Desillusion, verbaler und nonverbaler Kommunikation für den Erfolg sportlichen Trainings
	09.45-11.15	2	Plenum	Erarbeitung einer gemeinsamen Konzeption zur weiteren technischen Verbesserung deutscher Athletinnen im internationalen Vergleich
	11.15-11.30		Abschluss & Verabschiedung	

Legende:

LE = Lehreinheit (je 45 Min.)
SH = Schwimmhalle

Änderungen vorbehalten!

Doris Walper
DSV LR SYN