



Qualifizierungszentrum Bergisch Land

Sportbund Remscheid - Solinger Sportbund - Stadtsportbund Wuppertal

Noch Plätze frei !

Noch Plätze frei !

In unseren beiden Fortbildungen zum Thema Anfängerschwimmen und Schwimmtechniken gibt es noch freie Plätze.

Die Fortbildungen werden durchgeführt von einer der versiertesten Lehrkräfte im deutschen Schwimmsport: Ralf Beckmann langjähriger Cheftrainer im DSV und Leiter des Schwimmsportleistungszentrum (SSLZ) Wuppertal.

LG-Nummer: 243-2409

Termine 13./14.03.2010

Uhrzeit Samstag 09.00 - 18.00 Uhr, Sonntag 09.30 -16.00 Uhr

Ort Schwimmsportleistungszentrum, Küllenhahner Str. 130, Wuppertal

Leitung Ralf Beckmann

Gebühr € 60,- / € 120,- mit / ohne Vereinsempfehlung

Veranstalter Bildungswerk VAST SSB Wuppertal / SB Remscheid

Zielgruppe ÜL, Fachübungsleiter und Trainer C-Lizenz

Anmeldeschluss 05.03.2010

• LE 15 •

Als zentrale Lehrgangsinhalte werden vielfältige Spiel- und Übungsformen vermittelt, damit Kinder sich im Wasser wohlfühlen und sich an das Wasser gewöhnen. Die Erfahrung von Wasserdruck und Wasserwiderstand, die Gewöhnung an Nässe und Kälte, der Aufenthalt unter Wasser, die neue horizontale Schwimmlage, die Wirkung der Auftriebskräfte im Wasser und der regelmäßige Atemrhythmus werden durch Übungen und Spielformen verdeutlicht und erläutert.

Weitere Inhalte: das sichere Fortbewegen im und unter Wasser, Entwicklung von schwimmsportlichen Fertigkeiten, Spielen im Flach- und Tiefwasser, kreatives Schwimmen, Geschicklichkeitsschulung. Neben den praktischen Inhalten wird die Vorbereitung und Durchführung von Übungsstunden im Schwimmen ausführlich behandelt. Der Lehrgang findet in Kooperation mit den Schwimmverbänden NRW und Wuppertal statt.

LG-Nummer: 243-2411

Termine 17./18.04.2010

Uhrzeit Samstag 09.00 - 18.00 Uhr, Sonntag 09.30 -16.00 Uhr

Ort Schwimmsportleistungszentrum, Küllenhahner Str. 130, W´tal

Leitung Ralf Beckmann

Gebühr € 60,- / € 120,- mit / ohne Vereinsempfehlung

Veranstalter Bildungswerk VAST SSB Wuppertal / SB Remscheid

Zielgruppe ÜL, Fachübungsleiter und Trainer C-Lizenz

Anmeldeschluss 08.04.2010

• LE 15 •

Der Lehrgang richtet sich an Übungsleiter und Vereinsmitglieder, die nach der Wassergewöhnungs- bzw. Wasserbewältigungsphase die eigentlichen Schwimmtechniken einführen wollen. Die Schwimmarten werden anhand methodischer Reihen in Theorie und Praxis systematisch aufgebaut und vielfältige Bewegungsformen vorgestellt.

Die Fortbildung schließt didaktisch / methodisch an den Lehrgang „Wassergewöhnung, Wasserbewältigung, Spiele im Wasser“ an. Sie findet in Kooperation mit den Schwimmverbänden NRW und Wuppertal statt.

Qualifizierungszentrum Bergisch Land
Bundesallee 247
42103 Wuppertal
Tel. 0202 456056
Fax0202 451579

Bergner@stadtsportbund-wuppertal.de
www.Qualifizierungszentrum-BergischLand.de