

Von den Windmühlenarmen zum Kraul-Armzug“

Einführung in die Schwimmtechniken Kraul und Rücken

Basisinformationen

Schwerpunkt dieser Fortbildung ist die praxisbezogene Auseinandersetzung mit den beiden Erstschwimmarten Rücken und Kraul. Inhaltlich werden Spielformen und Elemente der Wechselschlagtechniken theoretisch erarbeitet und praktisch erprobt.

Inhalte

Dieses Fortbildungsangebot umfasst:

- Begriffserklärung „Schwimmen“
- Die Bedeutung von Spiel und Spaß in der Schwimmausbildung
- Die Vorteile der Wechselschlagtechniken in der Anfängerausbildung
- Schwimmabzeichen und Niveaustufen

Lernziele & Kompetenzen

Die Teilnehmenden

- Kennen Spiele und Spielformen zum Schwimmenlernen
- Verstehen die Zusammenhänge einer vielseitigen Schwimmausbildung
- Lernen einfache Konzepte zum Erlernen der ersten Schwimmtechniken Kraul und Rücken kennen und in einem strukturierten Stundenverlauf anzuwenden

Zielgruppe

Diese Fortbildung richtet sich an alle Inhaberinnen einer Trainer C Lizenz Schwimmen Breitensport, sowie interessierte Personen.

Voraussetzungen

Mindestens 14 Jahre, sonst keine

Lehrteamer

Diese Fortbildung wird von Mirko Bernhardt geleitet.

Anerkennung

- Schwimmlehrerin
- Schwimmlehrerassistentin
- Trainer C Breitensport (K/J)

Termin und Lehrgangsort

Samstag, 04.05.2024, 14 - 20:30 Uhr, 8 LE, Hallenbad Wulfen, Wulfener Markt 5, 46286 Dorsten

Kosten

Der Lehrgang kostet 55€. Es ist keine Verpflegung enthalten.

Anmeldung

Über den Lehrwart des Schwimmbezirks Nordwestfalen, Lars Ollesch

Per E-Mail: lars.ollesch@sb-nw.de