

BAYERISCHER SCHWIMMVERBAND e. V.

Bezirk Niederbayern

Mitglied des Deutschen Schwimmverbandes e.V. u. des Bayerischen Landessportverbandes e.V.



Einladung zum 22. Kadertraining

Niederbayerischen Schwimmkader 2011/2012

Perspektiv- / Top-Team

Liebe/r Vereinsvertreter/innen,

die nächste BSV-Fördermaßnahme des Bezirkes am Sa, den 11.02.2011, wieder im Hallenbad Viechtach statt. Das Trockentraining bzw. die Theorieeinheit führen wir im dazugehörigen Gymnastikraum bzw. in der Turnhalle durch.

Die Teilnehmer treffen sich um 8.30 Uhr am Bad- Eingang, um pünktlich 8.45 Uhr mit dem Trocken- bzw. Wassertraining beginnen zu können. Das Training endet gegen 17.30 Uhr.

Mitzubringen sind wieder Kurzflossen, Zugseil, kleine Paddles (handtellergroß), Pullbuoy/ kick, **Sprungseil**, Gymnastikmatte und mind. eine große gefüllte Trinkflasche sowie einige Müsliriegel. Bitte auch Trainingsanzug, Turnschuhe und Sportsachen für das Trocken- bzw. Krafttraining sowie Schreibutensilien für den Theorie-Teil nicht vergessen.

Bei Nichtteilnahme am Kadertraining dem Kadertrainer (martin.j@t-online.de) bitte unbedingt vor der Veranstaltung Bescheid geben.

Ried, 16.02.2012

Ort, Datum

Unterschrift Schwimmwart