

Tagungsablauf / Zeitplan

der Trainerkonferenz Schwimmen des Sächsischen Schwimm-Verbandes e.V. am 21. September 2019 im Bildungs- und Technologiezentrum der Handwerkskammer zu Leipzig, Steinweg 3, 04451 Borsdorf

Trainingsmethodische Aspekte im Nachwuchsschwimmsport

| 9:30 - 10:15 Uhr Umsetzung der Rahmenvorgaben des DSV und SSV im Grundlagentraining Schwimmen in der Region Leipzig M. Baumann 10:30- 12:00 Uhr Jahresauswertung 2018/19 F. Embacher/ A. Neumann 12:15- 13:15 Uhr Mittagessen 13:15- 14:00 Uhr Einsatz von Trainingsmitteln D. Drinkuth 14:15- 15:00 Uhr Jahresplanung unter den Gesichtspunkten des langfristigen Leistungsaufbaus S. Krüger 15:15- 16:00 Uhr Sensitive Phasen und Landtraining F. Embacher 16:15- 17:30 Uhr Erarbeitung und Diskussion von Trainingsprogrammen für das Grundlagentraining AK 8-9 W. Sperling | Tagesordnung: | | Referent/in: |
|--|------------------|--|--------------|
| 10:30- 12:00 Uhr Jahresauswertung 2018/19 F. Embacher/A. Neumann 12:15- 13:15 Uhr Mittagessen 13:15- 14:00 Uhr Einsatz von Trainingsmitteln 14:15- 15:00 Uhr Jahresplanung unter den Gesichtspunkten des langfristigen Leistungsaufbaus 15:15- 16:00 Uhr Sensitive Phasen und Landtraining 16:15- 17:30 Uhr Erarbeitung und Diskussion von Trainingsprogrammen für das Grundlagentraining AK 8-9 W. Sperling | 9:30 - 10:15 Uhr | DSV und SSV im Grundlagentraining Schwimmen | M. Baumann |
| 12:15- 13:15 Uhr Mittagessen 13:15- 14:00 Uhr Einsatz von Trainingsmitteln 14:15- 15:00 Uhr Jahresplanung unter den Gesichtspunkten des langfristigen Leistungsaufbaus 15:15- 16:00 Uhr Sensitive Phasen und Landtraining 16:15- 17:30 Uhr Erarbeitung und Diskussion von Trainingsprogrammen für das Grundlagentraining AK 8-9 A. Neumann A. Neumann A. Neumann A. Neumann A. Neumann A. Neumann D. Drinkuth F. Embacher W. Sperling | | | = |
| 13:15- 14:00 Uhr 14:15- 15:00 Uhr Jahresplanung unter den Gesichtspunkten des langfristigen Leistungsaufbaus Sensitive Phasen und Landtraining F. Embacher 16:15- 17:30 Uhr Erarbeitung und Diskussion von Trainingsprogrammen für das Grundlagentraining AK 8-9 W. Sperling | 10:30- 12:00 Uhr | Jahresauswertung 2018/19 | • |
| 14:15- 15:00 Uhr Jahresplanung unter den Gesichtspunkten des langfristigen Leistungsaufbaus S. Krüger 15:15- 16:00 Uhr Sensitive Phasen und Landtraining F. Embacher 16:15- 17:30 Uhr Erarbeitung und Diskussion von Trainingsprogrammen für das Grundlagentraining AK 8-9 W. Sperling | 12:15- 13:15 Uhr | Mittagessen | |
| 14:15- 15:00 Uhr Jahresplanung unter den Gesichtspunkten des langfristigen Leistungsaufbaus S. Krüger 15:15- 16:00 Uhr Sensitive Phasen und Landtraining F. Embacher 16:15- 17:30 Uhr Erarbeitung und Diskussion von Trainingsprogrammen für das Grundlagentraining AK 8-9 W. Sperling | | | |
| fristigen Leistungsaufbaus S. Krüger 15:15- 16:00 Uhr Sensitive Phasen und Landtraining F. Embacher 16:15- 17:30 Uhr Erarbeitung und Diskussion von Trainingsprogrammen für das Grundlagentraining AK 8-9 W. Sperling | 13:15- 14:00 Uhr | Einsatz von Trainingsmitteln | D. Drinkuth |
| fristigen Leistungsaufbaus S. Krüger 15:15- 16:00 Uhr Sensitive Phasen und Landtraining F. Embacher 16:15- 17:30 Uhr Erarbeitung und Diskussion von Trainingsprogrammen für das Grundlagentraining AK 8-9 W. Sperling | 14:15- 15:00 Uhr | Jahresplanung unter den Gesichtspunkten des lang- | |
| 16:15- 17:30 Uhr Erarbeitung und Diskussion von Trainingsprogrammen für das Grundlagentraining AK 8-9 W. Sperling | | , , | S. Krüger |
| für das Grundlagentraining AK 8-9 W. Sperling | 15:15- 16:00 Uhr | Sensitive Phasen und Landtraining | F. Embacher |
| für das Grundlagentraining AK 8-9 W. Sperling | 16:15- 17:30 Uhr | Frarbeitung und Diskussion von Trainingsprogrammen | |
| Schlusswort | | | W. Sperling |
| 5. Lilibacilei | Schlusswort | | F. Embacher |

Änderungen vorbehalten!