

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes
- Saison 2011/2012 -

Restprogramm 2011



Shila Sheth / Martin Lobstedt
HSV-Landestrainer

Martin Grabowski
Bundesstützpunkttrainer

Frankfurt im Mai 2011

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes

- Saison 2011/2012 -

SCHWIMM-CAMP IN LAUBACH					
Zeitpunkt	Leitung/ Betreuung	Eingeladene Jhrg.		Einladungs-/ Nominierungskriterien	Inhalte
		weibl	männl		
31.07.- 05.08.	M. Lobstedt K. Hach	2001/ 2002	2000/ 2001	Ggf. Präferenz nach Leistungen (Rudolph-Tabelle)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 5-tägiger Lehrgang in den Sommerferien ➤ Altersadäquates, technikorientiertes Wassertraining ➤ Spielerische Ausdauer an Land ➤ Altersadäquate allgemeine Athletik ➤ Gemeinsame „Freizeit-Aktivitäten“

Teilnehmerzahl: je Lehrgang 20 Sportler (10 weibl / 10 männl) + 2 Trainer

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes

- Saison 2011/2012 -

LANGSTRECKEN-CAMP IN FRANKFURT					
Zeitpunkt	Leitung/ Betreuung	Eingeladene Jhrg.		Einladungs-/ Nominierungskriterien	Inhalte
		weibl	männl		
19.-21.08.	M. Lobstedt S. Sheth	96/97 (3/3)	95/96 (3/3)	Einladung nach Bestenlisten-Ranking über 800 bzw. 1500 Freistil	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ausdauerorientiertes Schwimmtraining im Becken und im Freiwasser ➤ Athletik-Programm (Schwerpunkt: Rumpf) ➤ Alternative Ausdauertrainingsmethoden (Kanu)

Teilnehmerzahl: 12 Sportler (6 weibl / 6 männl) + 2 Trainer

Shila Sheth / Martin Lobstedt
HSV-Landestrainer

Martin Grabowski
Bundesstützpunkttrainer

Frankfurt im Mai 2011

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes

- Saison 2011/2012 -

LANDESVIELSEITIGKEITS-TEST IM LSB FRANKFURT					
Zeitpunkt	Leitung/ Betreuung	Eingeladene Jhrg.		Einladungs-/ Nominierungskriterien	Inhalte
		weibl	männl		
28.08.	M. Lobstedt S. Sheth	2000/ 2001	2000/ 2001	Einladung & Nominierung durch die Bezirke	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Schwimmprogramm des LVT ➤ Athletik-Programm des LVT

Teilnehmerzahl: max. 64 Aktive Sportlerinnen und Sportler aus dem Bezirkskader für den Bezirks-Kindervergleich 2011

Shila Sheth / Martin Lobstedt
HSV-Landestrainer

Martin Grabowski
Bundesstützpunkttrainer

Frankfurt im Mai 2011

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes

- Saison 2011/2012 -

TECHNIK-LEHRGANG IM LSB-FRANKFURT					
Zeitpunkt	Leitung/ Betreuung	Eingeladene Jhrg.		Einladungs-/ Nominierungskriterien	Inhalte
		weibl	männl		
09.-11.09.	S. Sheth M. Lobstedt	2000/ 2001	1999/ 2000	Ranking mithilfe von Rudolph-Tabelle. Addition der Leistungspunkte über: 400 F – 200 L – 100 beste Gleichschlag-SA – 100 beste Wechselzug-SA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sprungkraft ➤ Beweglichkeit (Arme, Rumpf, Beine, Füße) ➤ Differentielles Lernen ➤ Video-Analyse (mit anschließender Besprechung) der vier Schwimmmarten, von Starts und Wenden

Teilnehmerzahl: 24 Sportler (12 weibl / 12 männl) + 2 Trainer

Anmerkungen:

Die Nominierungskriterien sollen ein hohes Maß an Vielseitigkeit provozieren. Ebenso wird der Qualität dieser Leistung durch die Zuweisung der Punkte nach Rudolph Rechnung getragen; ein „Weltmeister“ in einer Schwimmmart mit entsprechend hoher Punktzahl in seinem Spezialbereich kann somit Schwächen ausgleichen und wird nicht zwangsläufig im Sichtungs- und Förderungsprozess „übersehen“.

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes

- Saison 2011/2012 -

LEHRGANG TECHNIK-SCHWERPUNKT WECHSELZUG-SCHWIMMARTEN LSB-FRANKFURT					
Zeitpunkt	Leitung/ Betreuung	Eingeladene Jhrg.		Einladungs-/ Nominierungskriterien	Inhalte
		weibl	männl		
30.09.- 02.10.	S. Sheth M. Lobstedt N.N.	1997/ 1998	1996/ 1997	Ranking mithilfe von Rudolph-Tabelle. Addition der Leistungspunkte über: 50 – 100 – 200 Rücken bzw. Kraul	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Allgemeines Schwimmprogramm ➤ Analyse und gezieltes Üben von Start und Wende ➤ Analyse der schwimmtechnischen Ausführung der jeweiligen Hauptschwimmart ➤ Theorie zu Start, Wende und Schwimmtechnik ➤ Allgemeines Athletik-Programm

Teilnehmerzahl: 24 Sportler (12 weibl / 12 männl) + 2 Trainer

Shila Sheth / Martin Lobstedt
HSV-Landestrainer

Martin Grabowski
Bundesstützpunkttrainer

Frankfurt im Mai 2011

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes

- Saison 2011/2012 -

HERBST-LEHRGANG IM LSB-FRANKFURT					
Zeitpunkt	Leitung/ Betreuung	Eingeladene Jhrg.		Einladungs-/ Nominierungskriterien	Inhalte
		weibl	männl		
08.-23.10.	S. Sheth M. Lobstedt N.N.	Förder- Kader Jg. 99 – Jg. 92	Förder- Kader Jg. 98 – Jg. 92	Einladung zu jeweiligem Lehrgangsabschnitt an „Vorleistungen“ (Trainings-Dokumentation, verschiedene Test-Serien etc.) geknüpft.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 2x 2h Schwimmen pro Tag ➤ Sprungkraft-Tests und –Training ➤ Technik-Analysen mittels Video ➤ Diverse Schwimmspezifische Tests ➤ Sportartübergreifende Inhalte

Anzahl Trainer: 3

Anmerkungen:

1. Lehrgangszyklus (08. – 13.10.) Jahrgänge 92 – 96 (weiblich) bzw. 92 – 94 (männlich); 20 Teilnehmer
2. Lehrgangszyklus (14.10. – 18.10.) Jahrgänge 97 – 98 (weiblich) bzw. 95 – 96 (männlich); 20 Teilnehmer
3. Lehrgangszyklus (19.10. – 23.10.) Jahrgänge 99 (weiblich) bzw. 97 – 98 (männlich); 20 Teilnehmer

Shila Sheth / Martin Lobstedt
HSV-Landestrainer

Martin Grabowski
Bundesstützpunkttrainer

Frankfurt im Mai 2011

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes
 - Saison 2011/2012 -

SÜDDEUTSCHER JUGENDLÄNDERVERGLEICH IN BAD MERGENTHEIM (WÜRTTEMBERG)					
Zeitpunkt	Leitung/ Betreuung	Eingeladene Jhrg.		Einladungs-/ Nominierungskriterien	Weitere Informationen
		weibl	männl		
25.-26.11.	S. Sheth M. Lobstedt N.N.	01-98	01-98	Nach Bestenliste (Stand: HJM-Kurzbahn 2011)	Link zur Ausschreibung folgt

Shila Sheth / Martin Lobstedt
 HSV-Landestrainer

Martin Grabowski
 Bundesstützpunkttrainer

Frankfurt im Mai 2011

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes

- Saison 2011/2012 -

LEHRGANG TECHNIK-SCHWERPUNKT GLEICHZUG-SCHWIMMARTEN LSB-FRANKFURT					
Zeitpunkt	Leitung/ Betreuung	Eingeladene Jhrg.		Einladungs-/ Nominierungskriterien	Inhalte
		weibl	männl		
02.-04.12.	S. Sheth M. Lobstedt N.N.	1997/ 1998	1996/ 1997	Ranking mithilfe von Rudolph-Tabelle. Addition der Leistungspunkte über: 50 – 100 – 200 Brust bzw. Schmetterling	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Allgemeines Schwimmprogramm ➤ Analyse und gezieltes Üben von Start und Wende ➤ Analyse der schwimmtechnischen Ausführung der jeweiligen Hauptschwimmart ➤ Theorie zu Start, Wende und Schwimmtechnik ➤ Allgemeines Athletik-Programm

Teilnehmerzahl: 24 Sportler (12 weibl / 12 männl) + 2 Trainer

Shila Sheth / Martin Lobstedt
HSV-Landestrainer

Martin Grabowski
Bundesstützpunkttrainer

Frankfurt im Mai 2011

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes
 - Saison 2011/2012 -

DREI-LÄNDERKAMPF HESSEN-BAYERN-ÖSTERREICH IN GRAZ					
Zeitpunkt	Leitung/ Betreuung	Eingeladene Jhrg.		Einladungs-/ Nominierungskriterien	Weitere Informationen
		weibl	männl		
09.-11.12.	S. Sheth M. Lobstedt N.N.	97 und jünger	95 und jünger	Nach Bestenliste (Stand: HJM-Kurzbahn 2011)	Link zur Ausschreibung folgt

Shila Sheth / Martin Lobstedt
 HSV-Landestrainer

Martin Grabowski
 Bundesstützpunkttrainer

Frankfurt im Mai 2011

Sichtungs-, Lehrgangs- und Wettkampfmaßnahmen des Hessischen Schwimm-Verbandes

- Saison 2011/2012 -

NEUJAHR-S-LEHRGANG					
Zeitpunkt	Leitung/ Betreuung	Eingeladene Jhrg.		Einladungs-/ Nominierungskriterien	Inhalte
		weibl	männl		
30.12.- 07.01.	M. Lobstedt A. Schneider	Förder- Kader	Förder- Kader	Ranking nach Rudolph-Punkte	Lehrgang in der ersten Januar- Woche Schwerpunktmäßig: Grundlagenausdauertraining

Teilnehmerzahl: 14 Sportler + 2 Trainer

Shila Sheth / Martin Lobstedt
HSV-Landestrainer

Martin Grabowski
Bundesstützpunkttrainer

Frankfurt im Mai 2011