



# Juniorschwimmtag

im Olympiastützpunkt  
Potsdam / Brandenburg

Nº II  
Sep11

---

## Einladung zum 2. Junior Schwimmtag in Potsdam

Zum gemeinsamen Nachwuchstraining am BNSP lädt der Landesschwimmverband Brandenburg e.V. junge Schwimmerinnen und Schwimmer aus ganz Deutschland herzlich ein.

Das Thema des 2. Schwimmnachwuchstages ist Delphin- und Rückenschwimmen. Seid beim Techniktraining mit einem A-Trainer dabei, testet die Gegenstromanlage und schaut Euch eure eigenen Videoanalysen an. Trainiert gemeinsam mit unserem Nachwuchstalent Eileen Diener (Cottbus), holt Euch hilfreiche Tipps von ihr und schnuppert am Alltag der kleinen "Großen".

Wann: Samstag, den 11.09.2010 ab 10.00 Uhr  
Wo: Schwimmhalle, Am Luftschiffhafen 2, 14471 Potsdam  
Wer: Sportlerinnen und Sportler der 4.-6. Klasse  
Max: 20 Teilnehmer  
Kosten: 25,00 Euro pro Teilnehmer (inkl. Mittagessen)  
Trainer: Lehrertrainer der Sportschule "Friedrich Ludwig Jahn" in Potsdam  
Must Haves: Schwimm- und Athletikbekleidung, Spaß und Motivation

Anmeldung: lsv-brandenburg@t-online.de (Name, Anschrift, Geburtsdatum, Tel.Nr.)  
(Die Erstellung der Teilnehmerliste erfolgt nach zeitlichem Eingang der Anmeldungen, Teilnahme wird bestätigt)

Ablauf: 10.00 Treff in der Schwimmhalle  
11.00 – 12.30 Wassertraining  
12.30 – 13.30 Mittag  
14.00 – 15.00 Athletik  
15.00 – 16.30 Uhr Wassertraining, anschließend Heimreise



Interessierte finden Impressionen des vergangenen Lehrgangs unter:  
<http://sieben-bis-zehn.de/blog/2010/01/10/nach-den-sternen-greifen/>

