



## Seglerverein Leipzig Süd-West e.V.

### Trainingsplan Winterhalbjahr 2011/2012 der Kinder- und Jugendgruppe Cospudener See

geändert am 26.10.2011

Datum	Uhrzeit	Anfänger	Regattakids	
05.11.2011	10.00-11.00	Eröffnung	Eröffnung	
	11.00-12.00	Spiele	Theorie 1.	
12.11.2011	10.00-11.00	Theorie 4./5.		
	11.00-12.00	Knoten	Theorie 4.	
	12.00-13.00		Theorie 4.	
19.11.2011	11.00-12.00	Schwimmen für alle Gruppen		
26.11.2011	10.0-11.00	Theorie 7.		
	11.00-12.00	Knoten	Theorie 7.	
	12.00-13.00		Theorie 7.	
26.11.2011	9.00-16.00	Übungsleiterausbildung bei Jana		
		Themen:Segelsaison und Versicherungsfragen bei der Arag		
03.12.2011	10.00-11.00	Theorie 1./2..		
	11.00-12.00	Spiele	Theorie 3.	
	12.00-13.00		Theorie 3.	
10.12.2011	10.00-12.00	Sport für alle bei Ines Beger in der Praxis		
17.12.2011	10.00-12.00	seem.Handarbeiten für alle		
		mit Eltern und Weihnachtsfeier		
	12.00-14.00	420erSegler, Lasersegler und Übungsleiter		
07.01.2012	11.00-12.00	Schwimmen für alle Gruppen		
14.01.2012	10.00-11.00	Theorie 3.		
	11.00-12.00	Knoten	Theorie 2.	
	12.00-13.00		Theorie 2.	
21.01.2012	10.00-12.00	Jugendversammlung/Boote verladen für Messe		
28.01.2012	11.00-12.00	Schwimmen für alle im Sportbad		
04.02.2012	10.00-12.00	Sport für alle bei Ines Beger in der Praxis		
		Übungsleiterversammlung für alle Übungsleiter		
15.2.-19.2.		Beach und Boatsmesse	Segeln auf dem	
		auf dem Messegelände	Hallensee	
03.03.2012	10.00-11.00	Theorie 6.		
		Spiele	Theorie 6.	
			Theorie 5.	
10.03.2012	10.00-12.00	Sport für alle bei Ines Beger in der Praxis		
	12.00-14.00	Motorbootsausbildung	für über 16 Jahre	
17.03.2012	10.00-13.00	Mitgliederversammlung für alle über 18 Jahre		
	10.00-12.00	Bootsüberholung		
24.03.2012	10.00-12.00	Bootsüberholung	Motorbootsausb.	
			Botsüberholung	
31.03.2012	10.00-12.00	Bootsüberholung und Transport		
	10.00-12.00		Motorbootsausb.	
12.-15.4.12	9.00-14.00	Trainingslager ohne Übernachtung		gesonderterPlan

Die Theorie findet laut Zeitplan immer am Elsterstausee statt.

Das Schwimmen im Sportbad an der Elster, bitte 15 min. eher da sein

Der Sport findet in der Physiotherapie bei Ines Beger statt. Bitte Hallensportbekleidung mitbringen.

Pestalozzistr. 60 in Böhlitz-Ehrenberg

**Bei Nichterscheinen bitte bei den entsprechenden Trainern entschuldigen !**