langenthal swimming

Info Vereinsjahr – 2015/2016

Liebe Eltern
Liebe Schwimmerinnen und Schwimmer

Nachstehend finden Sie die Erklärungen der einzelnen Trainingsgruppen sowie die Trainingszeiten und Koordinaten der Trainingsleiter und Trainingsleiterinnen. Weitere Informationen wie Organisation, Aktivitäten, Resultate, Angebote, Terminkalender etc. unseres Vereins finden Sie wie immer auf unserer Homepage www.skla.ch.

Bitte nehmen Sie auch zur Kenntnis, dass wir, wenn immer möglich, alle Mitglieder per E-Mail informieren möchten. Daher werden wir sämtliche Vereinskorrespondenz an die von Ihnen hinterlegte E-Mail Adresse senden (Ihre Koordinaten bitte senden an unsere Administration Daniela Althaus daniela.althaus@bluewin.ch). Sollten Sie noch weitere Informationen benötigen, wenden Sie sich bitte an den zuständigen Trainingsleiter bzw. Trainingsleiterin oder direkt an den Vorstand.

Ansprechpartner:

Christoph Bühler	Präsident/Sponsoring	079 204 09 16	christophbuehler@hotmail.com
Ulrike Löffler	Finanzen	079 645 88 75	loeffler@besonet.ch
Daniela Althaus	Administration/Mitgliederliste	079 486 76 00	daniela.althaus@bluewin.ch
Michel Tavcar	Headcoach Leistungssport	079 606 68 39	michel.tavcar@besonet.ch
Nicole Landolt	Leiter Schwimmschule	077 428 91 50	schwimmschule@skla.ch
Sandra Schmitz	J&S Coach	079 736 18 30	sandra.schmitz@besonet.ch
Ruth Tavcar	Holiday Trophy	079 654 83 94	

Schulferien/Feiertage: Während den Schulferien (Langenthal) findet keine Schwimmschule statt (Ausnahme Ferienkurse). Bei den restlichen Teams gilt jeweils der Ferientrainingsplan sowie die Ansagen der entsprechenden Trainer. Die Gruppen Kids, Wettkampf & Leistungssport trainieren meistens durch (Ausnahme Sommerferien nach Nachwuchs-SM). Bei den Minis werden wir z.T. Ferien nach Ansage machen (Herbst/Weihnachten).

Der **Infoanlass für SchwimmerInnen und Schwimmer** inklusive Eltern findet am Mittwoch, 26. August 2015 um 19.30 Uhr nach dem Training in der Badi Langenthal statt. Wir freuen uns auf eine zahlreiche Teilnahme, wo wir kurz über die Neuerungen informieren.

So freuen wir uns auf ein erfolgreiches Vereinsjahr 2015/2016 und hoffen, dass die persönlichen Ziele und Vorstellungen gegenseitig gut umgesetzt werden können.

Mit sportlichen Grüssen
Vorstand Schwimmklub Langenthal

WATERjet · max Fitness & Gesundheit · Neurologie Oberaargau Dr. med. Andreas Baumann · Christen Zahnradfertigung · speedo

Die Trainingsgruppen:

Schwimmschule – Leiterin Schwimmschule Nicole Landolt, Veronique Löffler

Leiter/Innen: Nicole Landolt, 077 428 91 50, schwimmschule@skla.ch

Dauer: 12 Lektionen pro Kurs je nach Stufe à ca. 30-45 Minuten
Kursort: Hallenbad Aarwangen und Langenthal (siehe www.skla.ch)
Kosten: keine Mitgliedschaft SKLA, Kursgebühr inkl. Eintritt Bad (Aarwangen)
Ideales Alter: Ab 4 Jahren (von der Wassergewöhnung bis zu den ersten Schwimmerfolgen, inkl. Kursabzeichen oder Levels.

Minis (nach Schwimmschule / ab Level 7) – Headcoach Karin Meyer

Trainer/in: Coach: Karin Meyer, Tel. 079 439 73 21, karin.meba@bluewin.ch
Ass. Veronique Löffler, Nicole Landolt, Linda Leuenberger

Trainingszeiten:
(Effektive Zeiten inkl. Land/Wasser. Ausnahmen werden durch Karin. Meyer bekanntgegeben).

Dienstag 17.00-18.30 Uhr Hallenbad Aarwangen
Mittwoch 16.00-17.30 Uhr Hallenbad Aarwangen
Freitag 17.00-18.30 Uhr Hallenbad Aarwangen

Profil: 6-8 Jahre (nach Abschluss Schwimmschule). Anforderung 2-4 Trainings-Einheiten (mind. 2 x Wasser) und einige kleine Wettkämpfe (evtl. Kidsliga bzw. sonstige Kidswettkämpfe/Plauschevents etc.). Schwimmtechnik festigen (Cr&Rü) bzw. aneignen (Br&De) und verfeinern nach Abschluss aller Abzeichen/Levels Schwimmschule. In der Lage sein alle Schwimmstile korrekt (Grobform Technik) schwimmen können.

Kids Team – Headcoach Karin Meyer

Trainer: Coach: Karin Meyer, Tel. 079 439 73 21, karin.meba@bluewin.ch
Ass. Veronique Löffler, Nicole Landolt, Linda Leuenberger, Andrea Schmitz, Fränzi Gruber & Dominik Hofer

Trainingszeiten:
(Zeiten sind reine Wasserzeiten. Warm-Up/ Dryland nach Ansage Trainer ca. 15-30‘ früher)

Dienstag 17.00-19:00 Uhr Hallenbad Aarwangen
Mittwoch 16.00-17.30 Uhr Hallenbad Aarwangen
Freitag 17.00-19.00 Uhr Hallenbad Aarwangen
Samstag 12.00-14.00 Uhr Hallenbad Aarwangen (nach Absprache mit Trainer)

Kids Profil: 8-11 Jahre (Ausnahmen „jüngere“ möglich je nach Talent & körperlicher Entwicklung bzw. ältere). Anforderung 3-5 Trainings-Einheiten + entsprechende Wettkämpfe (Kidsliga + Regionale Wettkämpfe / Altersgerechte Wettkämpfe. Technik optimieren in allen Lagen. Talentierte „Kids“ Limite für Nachwuchs-SM & Zwischendurch Trainingseinheit mit Wettkampfteam.

WATERjet · max Fitness & Gesundheit · NEUROLOGIE OBERAARGAU Dr. med. Andreas Baumann · CHRISTEN ZAHNRADFERTIGUNG · speedo

Wettkampf Team – Headcoach Michel Tavcar

Trainer:
Michel Tavcar, 079 606 68 39, michel.tavcar@besonet.ch (Mittwoch & Samstag)
Andrea Schmitz 079 507 11 52 (Montag)
Zoe Dasilva Tel. 079 843 46 74 (Dienstag und Donnerstag)
Karin Meyer 079 439 73 21 (Freitag)
Fränzi Gruber, Dominik Hofer (Samstag nach Bedarf), Ruth Tavcar (Abruf Mittwoch)

Trainingszeiten:
(Zeiten sind reine Wasserzeiten. Warm-Up/ Dryland nach Ansage Trainer ca. 15-30' früher)
Montag, 17.30-19.30 Uhr Hallenbad Bützberg
Dienstag 17.00-19:00 Uhr Hallenbad Aarwangen
Mittwoch 17.30-19.30 Uhr Hallenbad Aarwangen
Donnerstag 18.30-20.30 Uhr Hallenbad Aarwangen (nach Absprache mit Trainer)
Freitag 17.00-19.00 Uhr Hallenbad Aarwangen
Samstag 12.00-14.00 Uhr Hallenbad Aarwangen

Kids Profil: 8-11 Jahre (Ausnahmen „jüngere" möglich je nach Talent & körperlicher Entwicklung bzw. ältere). Anforderung 3-5 Trainings-Einheiten + entsprechende Wettkämpfe (Kidsliga + Regionale Wettkämpfe / Altersgerechte Wettkämpfe. Technik optimieren in allen Lagen. Talentierte „Kids" Limite für Nachwuchs-SM & Zwischendurch Trainingseinheit mit Wettkampfteam.

Wettkampfteam Profil: 12-14 Jahre je nach Niveau (Uebertritt in die Gruppe sobald aus Kidsliga-Alter (11) raus). Anforderung 5-6 Trainings-Einheiten + entsprechende Wettkämpfe. Heranführung an den Leistungssport in allen Bereichen. Teilnahme (Limite) für Nachwuchs-SM.

Leistungssport – Headcoach Michel Tavcar

Trainer:
Michel Tavcar, 079 606 68 39, michel.tavcar@besonet.ch (Mittwoch & Samstag)
Andrea Schmitz 079 507 11 52 (Montag)
Zoe Dasilva Tel. 079 843 46 74 (Dienstag und Donnerstag)
Karin Meyer 079 439 73 21 (Freitag)
Fränzi Gruber, Dominik Hofer (Samstag nach Bedarf), Ruth Tavcar (Abruf Mittwoch)

Trainingszeiten:
(Zeiten sind reine Wasserzeiten. Warm-Up/ Dryland nach Ansage Trainer ca. 15-30' früher)
Montag 17.30-19.30 Uhr Hallenbad Bützberg
Dienstag 18.30-20.30 Uhr Hallenbad Aarwangen
Mittwoch 12.00-13.30 Uhr Hallenbad Aarwangen (nach Absprache Trainer)
Mittwoch 17.30-19.30 Uhr Hallenbad Aarwangen
Donnerstag 05.45-07.15 Uhr Hallenbad Aarwangen (nach Absprache Trainer)
Donnerstag 18.30-20.30 Uhr Hallenbad Aarwangen
Freitag 17.00-19.00 Uhr Hallenbad Aarwangen
Samstag 12.00-14.00 Uhr Hallenbad Aarwangen

Profil: Grundsätzlich ab 13 Jahren möglich je nach Belastbarkeit/körperliche Eigenschaften – Open. Anforderung 6-10 Trainings-Einheiten + entsprechende Wettkämpfe. Lehrplan + Stundenplan ist auf das Training abgestimmt. Vorbildfunktion in allen Bereichen. Den Leistungssport „leben" im und neben dem Becken. Möglichkeiten prüfen für Talent Programm (Schulhaus Kreuzfeld, Langenthal – überregionale Lösungen wie Sport-KV in Bern etc. = Meldung & Absprache via Headcoach) Teilnahme an Nationalen & Internationalen Meisterschaften. Regionalkader oder Nationalkadermitglied.

WATERjet · max Fitness & Gesundheit · NEUROLOGIE OBERAARGAU Dr. med. Andreas Baumann · CHRISTEN ZAHNRADFERTIGUNG · speedo

Triathlon Profil: Training nur nach Absprache - 12 Jahre bis Open/Elite. Triathleten, welche an Nationalen und Internationalen Events starten und ein gewisses Niveau im schwimmen aufweisen. Technische Verbesserung in allen Lagen sowie gezieltes Training auf hohem Niveau. Anforderung 3-6 Trainings-Einheiten pro Woche und / oder nach Absprache. ***Montagabend nicht möglich, Dienstag & Donnerstagabend nur bedingt möglich, dafür zusätzlich Donnerstagmorgen 05.45 Uhr.***

Masters – Headcoach André Meier und Nicole Schenk

Trainer/in: Nicole Schenk, 079 422 71 46, n.schenk@besonet.ch (eigene WhatsApp Gruppe)
André Meier

Trainingszeiten: Dienstags: 20.30 – 21.30 Uhr Hallenbad Aarwangen

Profil: Geeignet für Schwimminteressierte ab 16 Jahren (Ex-Schwimmer, Triathleten, Breitensportler). Hauptziele sind die technische und Grundlagen spezifische Erhaltung einer gewissen Form. Schwimmen für Jedermann.

www.skla.ch

Der SKLA Vorstand wünscht allen eine sportlich tolle Saison 2015 / 2016

WATERjet
max Fitness & Gesundheit
NEUROLOGIE OBERAARGAU Dr. med. Andreas Baumann
CHRISTEN ZAHNRADFERTIGUNG
speedo