



## RUNDSCHREIBEN Nr. 22/Schw/2019

### FINA Clinic Swimming Coaches (Intermediate level)

11. - 15. September 2019, Linz, Gugl

**Ort:** Olympiazentrum OÖ, 4020 Linz, Stockbauernstraße 8,  
Seminarraum Olympiaforum 1

**Termin:** Mittwoch, 11.09.19, 10.00 Uhr – Sonntag, 15.09.19, TBA  
(genauer Zeitplan wird am 11.09. mit dem Vortragenden besprochen)

#### Teilnehmer:

Martina Seif / EZ 11.-15.09.  
Alexander Rončević / DZ 11.-15.09.  
Mario Huys / EZ 11.-15.09.  
Stefan Ehgartner / ME  
Daniel Wartner / ME  
Matthias Prem / EZ 11.-15.09.  
Yvonne Hron-Troger / DZ 11.-15.09.  
Victoria Troger / EZ 11.-15.09.  
Manfred Troger / DZ 11.-15.09.  
Plamen Ryaskov / EZ 11.-15.09.  
Dominik Meidlinger / DZ 11.-15.09.

Detlef Leu / DZ 11.-15.09.  
Nicholas Reimer / EZ 11.-15.09.  
David Leidenfrost / DZ 11.-15.09.  
Katrina Zsifkovits / EZ 11.-15.09.  
Stefan Mihaly / ME  
Valentin Georgescu / ME  
Nina Schantl / EZ 11.-15.09.  
Manuel Rom / EZ 11.-15.09.  
Bianka Pörtsch / EZ 11.-15.09.  
Zelmira Kulova / EZ 11.-15.09.

#### Kursinhalte:

- Long term athlete development
- Mental skills & athlete motivation
- Energy systems & training zones
- Season planning & workout design
- Biomechanics: basic concepts, core balance
- Stroke mechanics: analysis of technique in each of the four strokes
- Identification of technical faults, their causes and appropriate corrective practices
- Starts, turns & relay takeovers
- Introduction to land training

**Unterrichtssprache:** Englisch



**Vortragender:** James Richards

**Kurskosten:** Werden von der FINA und dem OSV übernommen

**Unterkunft:** JUGENDGÄSTEHAUS LINZ, Stanglhofweg 3, 4020 Linz

**Kosten für Unterkunft:**

EZ pro Person pro Nacht (mit Vollpension): € 75, --

DZ pro Person pro Nacht (mit Vollpension): € 50, --

Mittagessen (ME) pro Person für 5 Tage: € 75, --

Das Mittagessen wird für alle TeilnehmerInnen im Olympiazentrum OÖ bereitgestellt.

**Abrechnung:**

Der Betrag ist am Dienstag, 11.09. vor Kursbeginn im Olympiazentrum OÖ in bar zu entrichten!

Wien, 28.08.2019

**ÖSTERREICHISCHER SCHWIMMVERBAND**

Manfred Otte, e.h.  
OSV Fachwart Schwimmen

Walter Bär, e.h.  
OSV Sportdirektor

Österreichischer Schwimmverband | Austrian Swimming Federation: A-1020 Wien, Engerthstraße 267-269 (Einfahrt Meiereistraße)

Telefon: +43-1-725 70 | E-Mail: [office@schwimmverband.at](mailto:office@schwimmverband.at) | Webseite: [www.schwimmverband.at](http://www.schwimmverband.at)

BANKVERBINDUNG: ERSTE BANK IBAN: AT61 2011 1839 1009 6901 | BIC/SWIFT: GIBAATWWXXX | ZVR-Zahl: 248203332

