



Regionalverband Segeln Weser-Ems e.V.
im
Segler-Verband Niedersachsen



Breitensporttraining des SVN
vom 08.11 bis 10.11.2019

1. Wintertraining Zweihandboote

Jugendwart & Verbandstrainer

Siebo Willms
Waldstr.27
49744 Geeste
Siebo_willms@msn.com

Geeste, 12.10.2019.2019

Veranstalter : Seglerverband Niedersachsen
Ausrichter : Regionalverband Weser Ems
Trainer : Siebo Willms (Trainer-B Segeln Leistungssport)
Veranstaltungsort : Gelände des Zwischenahner Segelclub
Beginn : Freitag 08.11 , 16 Uhr
Ende : Sonntag 10.11.19, 16 Uhr
Unterkunft : Ist in der JH Bad Zwischenahn möglich, ca.65 Euro VP
Verpflegung : über JH
Teilnahmegebühr: 10 € pro Segler
Meldestelle : Siebo_willms@msn.com

Liebe Teeny und 420er Segler des SVN,

Dies ist das 1. Wintertraining des Regionalverbandes Weser Ems zum Start in die Wintersaison 2019/2020. Nach den Regatten und den Trainings des Sommers wird das Ziel sein, sich im Winter manövertchnisch zu verbessern. Im Wintertraining wird der Focus auf Bewegung gelegt. Nach den Wassereinheiten geht am Samstagabend in das Wellenbad von Bad Zwischenahn mit seinem beheizten Außensolebecken. Am Sonntag werden die Übungen des Vortages optimiert und verfeinert. Trainiert werden 470er, 420er und Teeny. Ein weiteres Ziel ist es, das die Teams das im Sommer gewonnene Wind und Bootsgefühl nicht verlieren. Ein weiteres Training wird noch im Dezember stattfinden.



Wir bringen die Jugend aufs Wasser

