



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



Breitensporttraining des SVN
vom 13.12 bis 15.12.2019

2. Wintertraining Zweihandboote

Jugendwart & Verbandstrainer

Siebo Willms

Waldstr.27
49744 Geeste

Siebo_willms@msn.com

Geeste, 12.11.2019

Veranstalter : Seglerverband Niedersachsen
Ausrichter : Regionalverband Weser Ems
Trainer : Siebo Willms (Trainer-B Segeln Leistungssport)
Nele Marie Willms (Trainer C Leistungssport)
Veranstaltungsort : Gelände des Zwischenahner Segelclub
Beginn : Freitag 13.12, 16 Uhr
Ende : Sonntag 15.12. 16 Uhr
Unterkunft : Ist in der JH Bad Zwischenahn möglich, ca.70 Euro VP
Verpflegung : über JH
Teilnahmegebühr: 10 € pro Segler
Meldestelle : Siebo_willms@msn.com

Liebe Teeny, 420er und 470er Segler des SVN,

Dies ist das 2. Wintertraining des Regionalverbandes Weser Ems in diesem Jahr. An diesem Wochenende sollen wieder Manöver auf engstem Raum trainiert werden. Besonders der Start in einem eingegrenzten Startgebiet steht auf dem Programm. Da nur kurze Schenkel ausgelegt sind, werden auch an den Bahnmarken taktische Entscheidungen trainiert. Im Wintertraining wird der Focus auf viel Bewegung gesetzt damit die Segler warm bleiben. Aus dem Grund geht es 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 Training auf dem Wasser wird im März 2020 stattfinden. Für Februar ist ein Theorie-wochenende geplant.



Wir bringen die Jugend aufs Wasser

