

## **Infobrief für Eltern zum Aufstieg von Kindern in die Leistungsgruppen 1-3**

Herzlichen Glückwunsch!

Euer Kind zeigt Talent und Förderungswürdigkeit und darf daher in die Leistungsgruppe aufsteigen.

Mit dem Aufstieg sind bessere Trainings- und Fördermöglichkeiten im Allgemeinen verbunden, aber es ergeben sich auch zusätzliche Pflichten und Verantwortlichkeiten für Eltern und Kinder. Die wichtigsten davon möchten wir Euch zur Kenntnis und zum Verständnis aufzeigen.

Wir Trainer setzen uns mit viel Engagement und Freizeit für Euer Kind ein. Das Eingebundensein in eine Sportmannschaft und einen Verein gibt Eurem Kind viel Halt, schafft Freundschaften und gibt seinem Leben einen wichtigen zusätzlichen Impuls. Wir freuen uns, wenn Ihr als Eltern diesen für die Kinder sehr wichtigen, und häufig wegweisenden Lebensabschnitt ebenfalls mit viel Engagement und Zuspruch begleiten.

Eure Trainer der Leistungsgruppen

### Trainingsumfang pro Woche der LG 1 (nur auf Hallenbadsaison bezogen):

- 3\* Wasser, Umfang: je 2 Stunden (bei 2 Einheiten zusätzlich 30 min Athletik vor Wasser)
- 1\* Wasser als Frühtraining, Umfang: 1 Stunde (nur für ortsnah wohnende Pflicht)
- 2\* Kraft, Umfang: je 1,5 Stunden

### Trainingsumfang pro Woche der LG 2 (nur auf Hallenbadsaison bezogen):

- 3\* Wasser, Umfang: 1,5, 1,75 und 2 Stunden (bei 2 Einheiten zusätzlich 30 min Athletik vor Wasser)
- 1\* Wasser als Frühtraining, Umfang: 1 Stunde (Optional)
- 1-2\* Athletik oder Kraft, Umfang: je 1-1,5 Stunden

### Trainingsumfang pro Woche der LG 3 (nur auf Hallenbadsaison bezogen):

- 3\* Wasser, Umfang: 1,25, 1,5 und 2 Stunden
- 1\* Athletik, Umfang: 1,5 Stunden

### Beitragszahlung / Kosten:

- Erhöhter Leistungszuschlag, pauschal 15,- € (LG 1), 13,- € (LG 2) und 12,- € (LG 3) pro Monat, dafür aber keine Meldegelder für Wettkämpfe
- Fahrtkosten und Übernachtungskosten sind selbst zu tragen (bei Wettkämpfen ab Ebene Bayerische Meisterschaften aufwärts übernimmt der Verein die Übernachtungskosten abzüglich eines Eigenanteils von 25,- € je Schwimmer und Übernachtung)
- Anschaffung von Trainingsequipment: Pullkick, Paddles, Kurz- und Langflossen, Schnorchel

### Wettkämpfe:

- Erhöhte Anzahl (ca. 10 – 20, je nach Qualifikation)
- Meist bayernweit, bei höherwertigen Wettkämpfen auch deutschlandweit
- Teilweise mehrtägige Übernachtungen
- Bei Qualifikationswettkämpfen und Wettkämpfen ab Oberbayerischen/Bayerischen Meisterschaften ist Teilnahme Pflicht

### Trainingslager:

- Teilnahme am Ostertrainingslager ist Pflicht
  - Im Ausland, mit Transfer
  - Ca. 10 Tage in den Osterferien
  - Kosten: ca. 670,- € (2018)
- Teilnahme an weiteren Ferien-Trainingslagern (Inland oder vor Ort, einzelne Tage in den Ferien, Kosten geringfügig) ist grundsätzlich Pflicht (ggf. Ausnahmen: Familienurlaub)

### Trainingsanwesenheit:

- Anwesenheit ist Pflicht (Ausnahmen: Krankheit, wichtige Examina), die durchschnittliche Anwesenheit sollte für ein wirksames Training bei mindestens 2/3 liegen
- Absage Trainingsteilnahme: Die Absage erfolgt durch die Jugendlichen selbständig (LG 1) bzw. durch die Eltern (LG 2 und 3) rechtzeitig VOR dem Training

### Mithilfe-Pflichten der Eltern:

- Kampfrichterdienste (Qualifikation durch 1-tägigen Lehrgang)
- Fahrten zu Wettkämpfen und Mitnahme anderer Schwimmer (Fahrtenregelung)
- Auf- und Abbau vereinseigener Wettkämpfe
- Mithilfe beim Verkauf bei vereinseigenen Wettkämpfen (Kuchen backen, Salat machen, Semmeln schmieren, Verkaufstand betreuen)

### Unterstützung durch die Eltern:

- Vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Trainern
- Dem Jugendlichen zeigen, dass man sich selber auch interessiert und mit engagiert
- Bei der zeitlichen Belastung koordinierend und tatkräftig helfen
- Schulische Belange so koordinieren, dass möglichst wenig Training wegen „Lernen-müssen“ verpasst wird (bei jüngeren Kindern)
- Gesunde, energie- und abwechslungsreiche Ernährung als Grundlage für Leistungsfähigkeit vorhalten

Viele Grüße  
Eure LG-Trainer