

Bezirkschwimmverband Hannover e.V.

**LSN Team Cup**  
**Ute Sprecher-Odigie**

An der Emte 1  
27318 Hoya/Weser  
Tel.: 04251/983513  
eMail: [lsnteamcup@hotmail.de](mailto:lsnteamcup@hotmail.de)

16. November 2011

Liebe Aktive der Vereine im Bezirksschwimmverband Hannover,

nach Auswertung Eurer Leistungen aus den Tests vom letzten Sonnabend und der Wettkämpfe in Syke und Sarstedt möchten wir Euch gerne für den dritten Lehrgang des Bezirksschwimmverbandes Hannover am **04. Dezember 2011** noch einmal nach Hannover einladen.

Dieser Lehrgang ist die letzte Vorbereitung für den **Team Cup des Landesschwimmverbandes Niedersachsen** am **17. Dezember** in Hambergen. Hier wird unser Bezirk Hannover gegen die anderen Bezirke des Landesschwimmverbandes antreten.

**Folgendes Programm ist geplant:**

<b>Treffen am SLZ in Hannover</b>	<b>8.30 Uhr</b>
<b>1. Trainingseinheit Wasser</b>	<b>9.00 bis 11.00 Uhr</b>
<b>Mittagessen in der Kantine des LSB</b>	<b>11.30 bis 12.15 Uhr</b>
<b>Trainingseinheit Land</b>	<b>13.00 bis 14.00 Uhr</b>
<b>2. Trainingseinheit Wasser</b>	<b>14.00 bis 16.00 Uhr</b>
<b>Abholen ab ca.</b>	<b>16.15 Uhr</b>

Es werden **Sport- und Schwimmsachen** benötigt. Insgesamt finden wieder zwei Trainingseinheiten im Wasser und eine in der Turnhalle statt. Die Kosten für das Mittagessen übernimmt erneut der Bezirksschwimmverband. Getränke für das Training bringt ihr bitte selbst mit. Fahrtkosten können nicht erstattet werden.

**Zu diesem Lehrgang laden wir die Aktiven ein, die auch beim Team Cup schwimmen werden.**

Wir möchten Euch darum bitten auf dem Rückmeldeformular unbedingt Eure **ID-Nummer** und die gewünschte Größe für das T-Shirt einzutragen.

Um Rückmeldung, auch bei Nichtteilnahme (mit dem anliegenden Formular, oder per Mail), bis zum **24. November 2011** wird gebeten.

Mit sportlichen Grüßen

Adalbert Wiechowski  
Schwimmwart

Ute Sprecher-Odigie  
Leitung Team-Cup