



Liebe Aktive der Vereine im Bezirksschwimmverband Hannover,

aufgrund Eurer guten Leistungen bei den Landesmeisterschaften in Goslar und bei diversen Einladungswettkämpfen möchten wir Euch für den dritten Lehrgang des Bezirksschwimmverbandes Hannover am **28./29. November 2009** nach Hannover einladen.

Dieser Lehrgang ist unsere letzte Vorbereitung auf den **Team Cup des Landesschwimmverbandes Niedersachsen** am **19. Dezember 2009** in Göttingen. Hier wird unser Bezirk Hannover gegen die anderen Bezirke des Landesschwimmverbandes antreten.

Folgendes Programm ist geplant:

Sonnabend: 28. November 2009

Treffen an der Jugendherberge Hannover:	8.15 Uhr
1. Trainingseinheit Wasser:	9.00 – 11.00 Uhr
Mittagessen in der Jugendherberge:	ab 12.00 Uhr
Zimmer beziehen:	ab ca. 13.00 Uhr
2. Trainingseinheit Wasser:	14.00 – 15.30 Uhr
1. Trainingseinheit Land:	16.00 – 17.30 Uhr
Abendbrot in der Jugendherberge	ab 18.00 Uhr

Sonntag: 29. November 2009

Frühstück	ab 7.30 Uhr
3. Trainingseinheit Wasser:	9.00 – 11.00 Uhr
Mittagessen:	ab 12.00 Uhr
2. Trainingseinheit Land:	13.00 – 14.00 Uhr
4. Trainingseinheit Wasser:	14.30 – 16.00 Uhr
Abholung durch die Eltern an der DJH:	ab 16.30 Uhr

Es werden Sport- und Schwimmsachen benötigt. Insgesamt finden vier Trainingseinheiten im Wasser und mindestens zwei in der Turnhalle statt. Die Kosten für die Übernachtung in der Jugendherberge Hannover und für sämtliche Mahlzeiten übernimmt der Bezirksschwimmverband. Getränke für das Training bringt ihr bitte selbst mit. Fahrtkosten können nicht erstattet werden.

Wir möchte darauf hinweisen, dass Aktive, die zum Lehrgang angemeldet sind und dann nicht anwesend sind und Aktive die beim Lehrgang zwar anwesend sind, dann aber beim Team Cup nicht schwimmen die Kosten in Höhe von 100,00 EUR selbst tragen müssen. Abmeldungen wegen Krankheit sind nur gegen Vorlage eines ärztlichen Attestes möglich, dann entfällt die Kostenübernahme.

Um Rückmeldung, auch bei Nichtteilnahme (mit dem anliegenden Formular), bis zum **15. November 2009** wird gebeten. Eingeladene Aktive die sich nicht zurückmelden können leider nicht teilnehmen, da wir die Zimmer in der Jugendherberge fest buchen müssen.

Mit sportlichen Grüßen

Adalbert Wiechowski
Schwimmwart

Anna-Sophie Marx und Ute Sprecher-Odigie
Leitung Team-Cup