SWISS SAILING

Regionalverband Bodensee/Rhein

Andreas Ruf
Unterbach 13
9043 Trogen

Tel: 079 728 22 98
andreas@muscatsailing.org

An alle
Vereinspräsidenten
Juniorenleiter
Coaches
Junioren (ab Niveau 2)
des RV Bodensee/Rhein

Trogen, 05.02.2015

Regionaltrainings 21.03./22.03. und 28.03./29.03.2015
Ausschreibung und Anmeldung

Wo: Segelclub Rietli, Goldach

Was läuft am Regionaltraining

- **Für die Leiter:** Am Samstagmorgen bieten wir eine Weiterbildung für die Leiter durch den Regionaltrainer Ronald Bundermann an. Themen sind:

  21. März: Anlage von Segel-Lektionen, segelspezifisches Landtraining,

  28. März: Gruppenausbildung klassenspezifisch (Segeltechnik).

  Meeting der Juniorenobleute: Samstag 28.März, 17.30 Uhr im Clubraum des SCR. **anschliessend Leiteressen für alle Leiter des RV Bodensee/Rhein** (Einladung folgt)**.**

- **Für die Junioren:** Am Samstag 13.00 Uhr erwarten wir die Junioren zur Registration, anschliessend Segeln, Training, Kurzregatten, allerlei Schabernack, andere Boote ausprobieren und viel Spass…Das Training wird in Gruppen und stufengerecht durchgeführt.

Wer soll teilnehmen?

- **Alle interessierten und motivierten Junioren Segler (nicht älter als 20 Jahre)** die mindestens das Swiss Sailing NIVEAU 2 (Bootsbeherrschung bei 2 Windstärken) erreichen. Klassen Optimist, Laser, 420er, 470er, 29er und Piraten.

  Für die von SwissSailing nicht unterstützten Klassen Piraten und 29er gilt:
  - mindestens 3 Boote
  - bringen eigenen Trainer und Mobo
  - Ordnen sich in allen Bereichen (z.B. Programm, Leiterausbildung etc) der Lagerleitung unter

- **Alle Leiter,** die in eurem Verein im Training und der Ausbildung mithelfen.
- **Alle Leiterkandidaten:** alle interessierten älteren Jugendlichen die sich für eine Tätigkeit als Leiter interessieren und/oder in nächster Zeit einen J+S Leiterkurs besuchen werden.

- **Interessenten für das Regionalkader Swiss Sailing Team Bodensee.**. Wir werden die zukünftigen Kadersegler für die kommende Saison aufgrund ihrer Leistungen in den Regionaltrainings beurteilen und selektionieren.

Ausrüstung Segler	**Schwimmweste, Neopren oder Trockenanzug sind obligatorisch.** Turnhose, Turnschuhe Sonnenschutz (Mütze, Sonnenbrille, -creme) Getränk, kleine Zwischenverpflegung Reservekleider und –schuhe. Handtuch, Schreibunterlagen.
Ausrüstung für Leiter	zusätzlich Treibbojen, Megafon, Pfeife, persönliches Material
Schlauchboote	Wir bitten die Leiter folgender Vereine ihr Schlauchboot (mit Treibbojen) mitzubringen: **YCRo / SCR / YCA / Regionaltrainer (MoBo VSR) / SYC / YCS (Brig) / Jugendsegeln Steckborn / Pool Kreuzlingen (Gilberte) + ev. 2. Mobo/ JSS**
Kosten	Teilnehmer: CHF 25.- pro Weekend Leiter: gratis

Programm

Samstag	08:30	Einwassern der mitgebrachten Mobo	
	09:00	Begrüssung der Leiter im Clubraum SCR, dann Leiterausbildung	U-P.Rutishauser Ronald Bundermann
	12:00	Mittagessen Leiter	
	13:00	Registration der Junioren und bezahlen vom Beitrag im Segelclub Rietli	
	13:30	Briefing, Boote und Segler segelbereit. Training, Kurzregatten	
	17:00	Debriefing, kleine Zwischenverpflegung	
Sonntag	09:30	Briefing, Boote und Junioren segelbereit. Training, Kurzregatten	
	ca. 11:30	kleine Mittagsverpflegung	
	16:30	Debriefing, kleiner Imbiss, Verabschiedung	U-P. Rutishauser