

Stefan Nerbas  
Warthstr. 7  
55590 Meisenheim  
Mobil 0160-91461520  
[meisenheim@stefan-nerbas.de](mailto:meisenheim@stefan-nerbas.de)

---



## **Trainer – Fortbildungsseminar Langstreckenschwimmen und Freiwasser (Kraul)**

### **Termin:**

- Samstag 17.11.2018 von 9.30 Uhr – ca. 14.30 Uhr

### **Ort:**

- Sportschule Oberwerth, Lortzingerstr. 1a, 56075 Koblenz

### **Thema: Kraul – Langstrecke –Fobi 5/18. (Bitte bei Anmeldung und Überweisung angeben)**

- Von Start bis Anschlag
- Langfristiger Trainingsaufbau
- Wettkampfspezifisches Training
- Vorbereitung am Wettkampftag

### **Lehrgangsgebühr:**

30,00 € pro Teilnehmer.

Zahlungen erbeten an:

Stefan Nerbas.

Konto: Volksbank RNH

IBAN DE 45 5609 0000 0005 2053 71, BIC: GEN ODE 51 KRE

Name, FoBi 5/18.

Die Lehrgangsgebühr ist nach Erhalt der Teilnahmebestätigung zu zahlen.

### **Anmeldung:**

Die Fortbildung wird mit 10 LE für die Verlängerung folgender Lizenzen anerkannt:

- C/B Leistungssport Schwimmen, C/B Breitensport Schwimmen,

Bei dieser Fortbildung ist nur eine durchgängige Teilnahme möglich. Lizenzen die zur Verlängerung zum 31.12.2018 anstehen werden am Ende der Veranstaltung verlängert.

Die Fortbildungsveranstaltung ist auf 30 Teilnehmer begrenzt. Eine frühzeitige Anmeldung wird empfohlen.

### **Meldeschluss: 31.10.2018**

Anmeldung bitte an: [lehrwart@svrheinland.de](mailto:lehrwart@svrheinland.de)