

# Schwimmsport BE 1418-23-03 SCHWIMMSPORT



**Ort** Zentrum für Sport und Sportwissenschaft Bern, Empfang ISPW  
**Kursleitung** Nadia Monneron, 0316337117  
**Kurskader** Daniel Luck, Nicolas Messer

	Sa. 24.06	So. 25.06
<b>Ganzer Tag</b>		
07:00		Frühstück
		Zimmer räumen
08:00		Verschiebung ins ZSSw
		Auspowern
09:00	Ankunft Zentrum Sport und Sportwissenschaft	Mini-Lektionen II in einer anderen Sportart TN sein
	Begrüssung und gemeinsamer Start	
10:00	Aktiver Einstieg	Mini-Lektionen III in einer anderen Sportart TN sein
	Verschiebung Schwimmbad	
	1418coachs als Teil des Leitteams – Die Rolle als Leiterin und Leiter	
11:00	1418coachs unterstützt das Training und leitet Trainingsteile I – Merkmale eines guten Trainings und Tipps für deine Sportart	Duschen
		Mittagessen
12:00	Mittagessen	
13:00	1418coachs unterstützt das Training und leitet Trainingsteile II Lektion: «Aufwärmen» sowie eine Lektion «Variationen im Spiel»	Umgang mit Kindern und Absprache im Leitteam
14:00	Mini-Lektionen vorbereiten und leiten	Recap – Spielform Fangissspiel
15:00		Reflexions und Abschluss Foto und Diplomübergabe
16:00	Duschen und Verschiebung ZSSw	
	Mini-Lektionen I in einer anderen Sportart TN sein	
17:00	Verschieben ins Hostel und Zimmereinteilung	
18:00	Nachtessen	
19:00	Reflexion von «eine gute Leiterin/ein guter Leiter sein»	
20:00	Gemeinsamer Anlass	
21:00		
22:00		

**Legende** ● Outdoor ● übrige Räume ● Verpflegung ● Theorieraum ● Übernachtung ● Sporthalle