



Masterschwimmer Deutschland
Wasser ist unser Elixier

Schwimm-Seminar

Lindow 25.04.-27.04.2025



Masterschwimmer Deutschland

www.masterschwimmer-deutschland.de

masterschwimmer@gmx.de



Masterschwimmer Deutschland
Wasser ist unser Elixier

Veranstalter: Sportfreunde Berlin 06 e.V.

Ausrichter: Masterschwimmer Deutschland

Organisation & Seminar-Leitung: Maike Zeterberg & Dirk Zeterberg

Veranstaltungsort: Lindow (Mark), Sport- und Bildungszentrum Lindow (Mark),
Granseer Straße 10, 16835 Lindow (Mark)

Anmeldeschluss: 31.12.2024, bzw. früher, bei Erreichen der Höchstteilnehmerzahl von
24 Teilnehmer*innen

Das Konzept

Das Team von Masterschwimmer Deutschland freut sich darauf mit euch, von Freitag bis Sonntag ein sportliches und spaßiges Wochenende zu erleben.

Das Seminar richtet sich an alle Erwachsenen, die an ihrer Schwimmtechnik feilen wollen. Jugendliche ab 15 Jahren können teilnehmen, wenn ein Erziehungsberechtigter ebenfalls am Seminar teilnimmt oder ihn / sie begleitet und außerhalb der Trainingseinheiten die Aufsichtspflicht übernimmt.

Durch das Anmieten mehrerer Schwimmbahnen können wir Sportler*innen verschiedener Entwicklungsbereiche coachen. Es wird ein Betreuungsschlüssel von mindestens 1:6 (Trainer : Teilnehmer) gewährleistet.

Ziel des Seminars ist es, mit einem abwechslungsreichen Training, eure Schwimmtechnik (Hauptaugenmerk liegt auf der Kraul-Technik, aber auch die anderen Schwimmarten können nach Wünschen der Teilnehmer behandelt werden) zu verbessern. Der Spaß wird dabei nicht zu kurz kommen.

Wir werden mit Video-Einsatz arbeiten, so dass die Fehlerkorrektur auch anhand von Videoanalysen erfolgt.

Abgerundet wird das Training durch eine Theorieeinheit und Athletiktraining.



Masterschwimmer Deutschland
Wasser ist unser Elixier

Leistungen

- Tägliches Schwimmtraining im 50m Becken des Sportzentrums
- Hohe Betreuungsdichte. Es sind mindestens 4 Trainer vor Ort (wenn möglich sogar 5-6 Trainer), so dass ein permanenter Betreuungsschlüssel von mindestens 1:6 gegeben ist.
- Videoanalysen mit Fehlerkorrektur
- Athletiktraining
- Theoriestunde
- Training durch ein erfahrenes Team
- Teilnehmerpräsent
- Kostenlose Bereitstellung der Seminar-Fotos und Videos
- Handout mit ausgewählten Athletikübungen
- Übernachtung inklusive Vollverpflegung

An-/Abreise & Unterkunft

Eure An- und Abreise organisiert ihr eigenständig.

Die Übernachtung und Vollverpflegung ist im Preis inklusive und wird durch uns gebucht.

Kosten

Der Preis für das Sportpaket, inklusive aller oben genannten Leistungen beträgt pro Teilnehmer*in:

Frühbucherpreis (bis 15.11.2024) im Doppelzimmer: 369,00 Euro

Regulärer Preis (ab 16.11.2024) im Doppelzimmer: 399,00 Euro

Einzelzimmer können wir vorerst nicht garantieren. Evtl. stehen uns aber kurzfristig auch Einzelzimmer zur Verfügung, diese können dann ggf. mit einem Aufschlag von 30,00 Euro hinzugebucht werden. Bitte gebt den „Wunsch“ bei der Anmeldung an.

Wenn eine Übernachtung bereits vor bzw. nach dem Seminar gewünscht wird, könnt ihr dieses bei der Anmeldung vermerken. Diese müssen dann zusätzlich bezahlt werden.

Im Falle einer Absage durch den Veranstalter "Masterschwimmer Deutschland" gibt es eine 100%-Geld-Zurück-Garantie.



Masterschwimmer Deutschland
Wasser ist unser Elixier

Der Veranstalter behält sich vor das Seminar beim Nicht-Erreichen einer Mindestteilnehmerzahl von 24 Teilnehmer*innen oder Höherer Gewalt abzusagen.

Das Team vor Ort (Änderungen vorbehalten)

Geplant ist das Seminar mit 4-6 Trainer*innen aus unserem Team durchzuführen

Maike Zeterberg

Seminar-Leitung & Training

Ehemalige Leistungsschwimmerin

Erfolgreiche, aktive Masterschwimmerin

(zweifache Weltmeisterin in der Altersklasse 35-39 Jahre, 2019 in Gwangju)

Erfahrung als Schwimmtrainerin in "Kraul-Camps"

von Sandra Völker gesammelt



Dirk Zeterberg

Seminar-Leitung & Training

Ehemaliger Leistungsschwimmer

Erfolgreicher, aktiver Masterschwimmer

(Vizeweltmeister in der Altersklasse 60-64 Jahre, 2019 in Gwangju)

Jahrelange Erfahrung als Schwimm- und Triathlontrainer, sowie als

Personal-Coach





Masterschwimmer Deutschland
Wasser ist unser Elixier

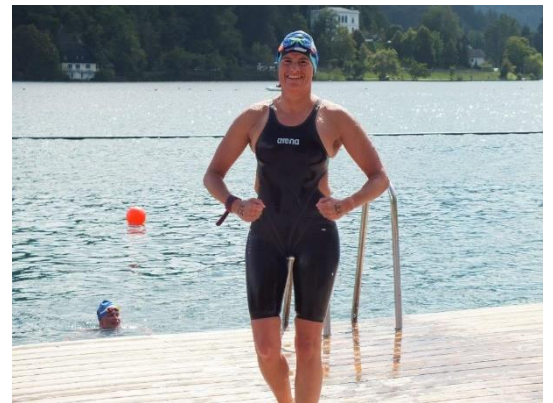
Christian Binner

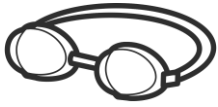


National und international aktiver Masterschwimmer im Becken & Freiwasser
erfahrener Schwimmtrainer mit der C-Lizenz Leistungssport
erfahrener Triathlontrainer mit der C-Lizenz Triathlon
regelmäßige Trainertätigkeit in Bezug auf die Betreuung von Anfängern und Fortgeschrittenen beim Erlernen der Schwimmarten bis hin zur wettkampfspezifischen Vorbereitung in Becken-, Freiwasser- und Triathlonveranstaltungen.

Susie Tietz

National und international aktive Masterschwimmerin
erfahrene Schwimmtrainerin mit der C-Lizenz seit 1991
jahrelange Trainerin bei der SG Neukölln Berlin
Erfahrung als Trainerin im Anfängerschwimmen,
Wassergewöhnung und von Nachwuchs-
Wettkampfmansschaften





Masterschwimmer Deutschland
Wasser ist unser Elixier

Stefan Allramseder



C-Trainer Leistungssport Schwimmen.

Langjährige Trainererfahrung im Schwimmsport mit erwachsenen Sportlern verschiedener Sportarten.

Selber aktiver Wettkampfteilnehmer im Freiwasser.

Matthias Weiss

Sportwissenschaftler.

Seit 1974 Schwimm- und Triathlontrainer aller Altersbereiche und Leistungsstufen.

Trainertätigkeit in verschiedenen anderen Sportarten

Wie Ski, Langlauf und Leichtathletik.



Wichtige Infos

- Die Trainingsutensilien (wie z.B. Schwimmbrett, Flossen, Paddles) bringt ihr bitte selbst mit.