

## Updated Info Vereinsjahr - 2010/2011

Liebe Eltern

Liebe Schwimmerinnen und Schwimmer

Nach der tollen Saison 2010 mit der Nachwuchs-SM in Lancy (der SKLA erreichte 18 Medaillen - 5 x Gold; 6 x Silber; 7 x Bronze, siehe Bericht auf unserer Homepage [www.skla.ch](http://www.skla.ch)) sowie 2 Medaillen an der Kurzbahn-SM in Lausanne (1x Bronze und 1x Silber), geht's nun mit gestärktem Selbstvertrauen in die neue Saison 2011. Nachstehend finden Sie wie im letzten Jahr die Erklärungen der einzelnen Trainingsgruppen sowie die Trainingszeiten und Koordinaten der Trainingsleiter und Trainingsleiterinnen. Weitere Informationen wie Organisation, Aktivitäten, Resultate, Angebote, etc. unseres Vereins finden Sie auf unserer Homepage [www.skla.ch](http://www.skla.ch).

Bitte nehmen Sie auch zur Kenntnis, dass wir, wenn immer möglich, alle Mitglieder per E-Mail informieren möchten. Daher werden wir sämtliche Vereinskorrespondenz an die von Ihnen hinterlegte E-Mail Adresse senden (Ihre Koordinaten bitte senden an unsere Administration Marianne Brand Leuenberger [brand.marianne@bluewin.ch](mailto:brand.marianne@bluewin.ch)). Sollten Sie noch weitere Informationen benötigen, wenden Sie sich bitte an den zuständigen Trainingsleiter bzw. Trainingsleiterin oder direkt an den Vorstand.

### Vorstandsmitglieder:

Christoph Bühler	Präsident/Sponsoring	079 204 09 16	<a href="mailto:christoph.buehler@credit-suisse.com">christoph.buehler@credit-suisse.com</a>	4900 Langenthal
Ulrike Löffler	Finanzen	079 645 88 75	<a href="mailto:loeffler@besonet.ch">loeffler@besonet.ch</a>	4914 Roggwil
Marianne Brand Leuenberger	Administration	062 922 27 53	<a href="mailto:brand.marianne@bluewin.ch">brand.marianne@bluewin.ch</a>	4900 Langenthal
Michel Tavcar	Headcoach	079 606 68 39	<a href="mailto:michel.tavcar@besonet.ch">michel.tavcar@besonet.ch</a>	4900 Langenthal
Agi Wyss	Technische Leiterin	062 398 34 49	<a href="mailto:amwyss@tele2.ch">amwyss@tele2.ch</a>	4622 Egerkingen
Markus Wyss	Anlässe	062 398 34 49	<a href="mailto:amwyss@tele2.ch">amwyss@tele2.ch</a>	4622 Egerkingen
Nathalie Ndawele	Schwimmschule	076 453 62 29	<a href="mailto:naethu@ggs.ch">naethu@ggs.ch</a>	4623 Neuendorf

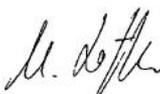
**Schulferien/Feiertage:** Während den Schulferien (Langenthal) findet grundsätzlich für die Mannschaften Schwimmschule, Minis kein Training statt. Bei den restlichen Mannschaften nach Ansage der Trainer:

So freuen wir uns auf ein erfolgreiches Vereinsjahr 2010/2011 und hoffen, dass die persönlichen Ziele und Vorstellungen gegenseitig gut umgesetzt werden können. Es wird schwierig die Topresultate vom 2010 zu übertrumpfen. Packen wirs an.

Mit sportlichen Grüssen  
Vorstand Schwimmklub Langenthal



Christoph Bühler  
Präsident



Ulrike Löffler  
Finanzen

## Die Trainingsgruppen:

### Schwimmschule

Trainerin: Nathalie Ndawele, Tel. 076 453 62 29, [naethu@ggs.ch](mailto:naethu@ggs.ch)

Dauer: 15 Lektionen à 45 Minuten

Kursbeginn: Seit August 2010, Mittwoch nachmittags zwischen 13.30 – 16.00 Uhr  
(neue Kurse ab Februar 2011, voraussichtlich 23.2.2011)

Kursort: Hallenbad Aarwangen, Sonnhalde

Kosten: keine Mitgliedschaft SKLA notwendig, pro Kurs 220.-- inkl. Eintritt Bad

Ideales Alter: Ab 4 Jahren (von der Wassergewöhnung bis zu den ersten Schwimmerfolgen, inkl. Kursabzeichen)

### Minis

Trainerin: Minis Nathalie Ndawele, Tel. 076 453 62 29, [naethu@ggs.ch](mailto:naethu@ggs.ch)

Trainingszeit: Samstags von 12.00-13.15 Uhr, Hallenbad Bützberg, Bifang

Geeignet für Kinder, welche mindestens 50 Meter in Bauch- und Rückenlage ohne Hilfsmittel schwimmen können. Einführung in die technische Grundausbildung des Schwimmsports. Festigung und Automatisierung der Kernelemente Gleiten, Atmen und Schweben. Gesicherte Schwimmfähigkeit in den Lagen Rücken und Crawl. Einführung Brustbeinschlag. Erlernen des 3er Zuges, des Startsprunges und der Wenden in einer Grobform. Von den Minis ist der Aufstieg in die Gruppe Kids das Ziel. Ideales Alter: 6 bis 10 Jahre

### Kidsteam

Das Kidsteam wird neu von Karin Meyer betreut (zuvor Nathalie Ndawele). Neu wird in diesem Jahr ein Trockentraining pro Woche angeboten. Mit dem Trockentraining soll primär die Koordination sowie Rumpfkraft der Kinder altersgerecht gefördert werden.

Trainer: Karin Meyer, Tel. 079 439 73 21, [karin.meba@bluewin.ch](mailto:karin.meba@bluewin.ch) (Dienstag und Mittwoch)  
Nathanael Adolf, Tel. 079 736 49 69, [nathanael.adolf@gmail.com](mailto:nathanael.adolf@gmail.com) (Trockentrainer Donnerstag)

Trainingsort: Hallenbad Aarwangen, Trockentraining in der Turnhalle der Heilpädagogischen Schule  
(HPS Langenthal, beim Kreuzfeld Schulhaus)

Trainingszeiten: Dienstag 17.00-18.30 Karin Meyer  
Mittwoch 16.00-17.30 Karin Meyer  
Donnerstag 17.00-18.00 Trockentraining, N. Adolf sowie K. Meyer

Geeignet für Kinder aus den Gruppen Minis, welche in das Wettkampfschwimmen eingeführt werden wollen. Die TeilnehmerInnen der Gruppe Kids besitzen eine Jahreslizenz Kids des Schweizerischen Schwimmverbandes und nehmen neben den beiden internen Wettkämpfen (Klubmeisterschaften und Holiday Trophy) an 3 regionalen Kids Wettkämpfen teil und anderen ausgewählten Wettkämpfen in der Umgebung. Bei entsprechender Leistung kann eine Qualifikation für den Final der schweizerischen Kidsliga erreicht werden. Das Maximalalter in dieser Gruppe ist ca. 11 Jahre.

## Wettkampfsport

Das Team Wettkampfsport wird neu von Nathanael Adolf betreut. Neu wird in diesem Jahr ein Trockentraining pro Woche angeboten. Mit dem Trockentraining soll primär die Koordination sowie Rumpfkraft der Athleten altersgerecht gefördert werden.

Trainer : Nathanael Adolf, Tel. 079 736 49 69, [nathanael.adolf@gmail.com](mailto:nathanael.adolf@gmail.com)  
Stellvertretung Karin Meyer, Tel. 079 439 73 21, [karin.meba@bluewin.ch](mailto:karin.meba@bluewin.ch)

Trainingsort: Hallenbad Aarwangen, Trockentraining in der Turnhalle der Heilpädagogischen Schule (HPS Langenthal, beim Kreuzfeld Schulhaus)

Trainingszeiten:	Dienstag	17.00-18.30	Nathanael Adolf
	Mittwoch	16.00-17.30	Nathanael Adolf
	Donnerstag	17.00-18.30	Trockentraining, N. Adolf und K. Meyer
	Samstag	11.45-13.30	Nathanael Adolf

Geeignet für SchwimmerInnen, die an regionalen Meisterschaften teilnehmen möchten, um sich mit SchwimmerInnen anderer Vereine zu vergleichen und zu messen. Richtung wettkampfspezifisches Training. Geeignet für Teilnehmer aus der Kidsgruppe. Hauptziele sind die Erweiterung und Festigung der Technik der verschiedenen Lagen und eine Leistungssteigerung. Trainingsplanung nach speziellem Jahresplan. Sie sind im Besitz einer Jahreslizenz des SSCHV. 3-4 Trainingseinheiten sollten pro Woche besucht werden.

## Leistungssport sowie Anschlussgruppe

Trainer: Michel Tavcar, Tel. 079 606 68 39, [michel.tavcar@besonet.ch](mailto:michel.tavcar@besonet.ch)  
Fabian Schoch, Tel. 079 488 47 06, [f.schoch@besonet.ch](mailto:f.schoch@besonet.ch)

Trainingsort: Hallenbad Aarwangen und Bützberg

Trainingszeiten: siehe [www.skla.ch](http://www.skla.ch)

Geeignet für SchwimmerInnen, die an regionalen, nationalen und internationalen Meisterschaften teilnehmen möchten, um sich mit SchwimmerInnen anderer Vereine zu vergleichen und zu messen. Hauptziele sind die Erweiterung und Festigung der Technik der verschiedenen Lagen und eine Leistungssteigerung. Trainingsplanung nach speziellem Jahresplan. Sie sind im Besitz einer Jahreslizenz des SSCHV. Die Leistungssportgruppe trainiert bis zu 12 Trainingseinheiten pro Woche, die Anschlussgruppe 5-6 Trainingseinheiten. Individuell nach Alter und Leistung.

**Sportmannschaft**

Trainer: Sandra Schmitz, Tel. 079 736 18 30, [sandra.schmitz@gmx.ch](mailto:sandra.schmitz@gmx.ch) (Mittwoch, Freitag)  
Nathanael Adolf, Tel. 079 736 49 69, [nathanael.adolf@gmail.com](mailto:nathanael.adolf@gmail.com) (Dienstag)

Trainingsort: neu in Aarwangen (zuvor in Herzogenbuchsee)

Trainingszeiten: Dienstag: 20.30-21.30 (Nathanael Adolf)

Mittwoch: 17.30-19.30 (Sandra Schmitz)

Freitag: 17.00-19.00 (Sandra Schmitz)

Geeignet für Schwimmerinteressierte ab 16 Jahren (ehemalige WettkampfschwimmerInnen und Triathleten). Hauptziele sind die technische und Grundlagen spezifische Erhaltung einer gewissen Form. Eine technische Grundausbildung wird nicht geschult.

**Masters**

Trainer: Nathanael Adolf, Tel. 079 736 49 69, [nathanael.adolf@gmail.com](mailto:nathanael.adolf@gmail.com)

Trainingsort: Hallenbad Aarwangen

Trainingszeiten: Dienstags: 20.30 – 21.30 Uhr Hallenbad Aarwangen

Geeignet für Schwimmerinteressierte ab 16 Jahren (Ex-Schwimmer, Triathleten, Breitensportler). Hauptziele sind die technische und Grundlagen spezifische Erhaltung einer gewissen Form. Die Mastersmannschaft soll Dank neuem Trainer neu aufgebaut werden. Werbung kann also gemacht werden.

[www.skla.ch](http://www.skla.ch)

## Unsere Sponsoren:

AMMANN

STRAUB SPORT AG

althaus ag  
adretelle a. meranoZAUGG ///  
BAUT + BEWEGT

BUNORM

max  
Fitness & GesundheitWATERjet  
TECHNOLOGIEQUICK LINE  
MULTIMEDIA ASSOCIATES

KUONI

4900 Langenthal  
www.kuoni.ch/langenthal

[www.kuoni.ch/langenthal](http://www.kuoni.ch/langenthal) unterstützt uns seit mehreren Jahren an der Holiday Trophy

Durch gebuchte Ferien über **Kuoni Langenthal, Peter Moser**, kann der SKLA einen zusätzlichen Batzen von 1% des gebuchten Umsatzes in die Klubkasse bringen. D.h. sämtliche Familien oder Klubmitglieder die über Kuoni Reisen oder Helvetic Tours bzw. Peter Moser buchen und dies entsprechend festhalten bei der Buchung, ergibt dem SKLA einen Beitrag in die Klubkasse. Dazu gehören sämtliche bei Kuoni Langenthal buchbaren Reisen wie Pauschalarrangements, Hotelaufenthalte, Ferienwohnungen, Städtereisen, Schifffreisen, Kultur- und Sportreisen (Ausnahme: einzelne Linienflug- und Bahnbillette ohne weiteren Leistungen). Das können also auch Hotelplan, Tui und weitere Mitbewerberprodukte sein. Auch Buchungen über Helvetic Tours; Helvetic Tours ist eine altbekannte Preisleader-Marke für Badeferien und Städte-Reisen - weitere Infos könnt Ihr über Peter Moser ([Peter.Moser@kuoni.ch](mailto:Peter.Moser@kuoni.ch)) oder Christoph Bühler Mobile 079 204 09 16 einholen.

## Wichtige Daten 2011 – zum Vormerken:

- 07. Mai 2011 Sponsorenschwimmen
- 25. Juni 2011 Holiday-Trophy, Badi Langenthal, inkl. Gönnerapéro
- August 2011 Grillplausch
- 28.11.2011 Voraussichtlicher Termin Mitgliederversammlung 2011

Wir hoffen, mit diesem Schreiben den ersten Schritt zur Besserung getan zu haben.

Der SKLA Vorstand wünscht allen ein sportlich tolle Saison 2011