

## Info Vereinsjahr - 2012/2013

Liebe Eltern

Liebe Schwimmerinnen und Schwimmer

Nachstehend finden Sie wie im letzten Jahren 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 wie immer 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:agmawyss@bluewin.ch">agmawyss@bluewin.ch</a>	4622 Egerkingen
Nathalie Ndawele	Schwimmschule	076 453 62 29	<a href="mailto:naethu@gqs.ch">naethu@gqs.ch</a>	4623 Neuendorf
Sandra Schmitz	J&S Coach	079 736 18 30	<a href="mailto:sandra.schmitz@stud.phbern.ch">sandra.schmitz@stud.phbern.ch</a>	4900 Langenthal

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

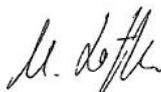
So freuen wir uns auf ein erfolgreiches Vereinsjahr 2012/2013 und hoffen, dass die persönlichen Ziele und Vorstellungen gegenseitig gut umgesetzt werden können.

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: Ab August 2012, Mittwoch nachmittags zwischen ca. 13.00 – 16.00 Uhr

Kursort: Hallenbad Aarwangen, Sonnhalde

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

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

## Minis (Einsteiger SKLA nach Schwimmschule)

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

Trainingszeit: Dienstag 17.00-18.30 Uhr Hallenbad Aarwangen  
Samstag 12.00-13.15 Uhr Hallenbad Bützberg

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

## Kids

Die Kids werden von Karin Meyer und Nathalie Ndawele betreut. Zusätzlich erfolgt ein Trockentraining. Mit diesem 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)  
Nathalie Ndawele, Tel. 076 453 62 29, [naethu@ggs.ch](mailto:naethu@ggs.ch) (Mittwoch)  
Fabian Schoch, Tel. 079 488 47 06, [f.schoch@besonet.ch](mailto:f.schoch@besonet.ch) (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 Nathalie Ndawele  
Donnerstag 18.00-19.00 Trockentraining, Fabian Schoch

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 durch den Weggang von Näthu Adolf neu vorübergehend durch mehrere Trainer abgedeckt (Ruth Tavcar ab Oktober, Karin Meyer/Nathalie Ndawele, Fabian Schoch). Das Trockentraining wird beibehalten und neu von Fabian Schoch geleitet.

Trainer : Karin Meyer, Tel. 079 439 73 21, [karin.meba@bluewin.ch](mailto:karin.meba@bluewin.ch) (Dienstag zusammen mit Kids)  
Nathalie Ndawele, Tel. 076 453 62 29, [naethu@ggs.ch](mailto:naethu@ggs.ch) (Mittwoch zusammen mit Kids)  
Ruth Tavcar, Tel. 079 654 83 94 (Mittwoch ab Oktober 2012)  
Fabian Schoch, Tel. 079 488 47 06, [f.schoch@besonet.ch](mailto:f.schoch@besonet.ch) (Donnerstag)

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

Trainingszeiten:	Dienstag	17.00-18.30	Karin Meyer (bei den Kids integriert)
	Mittwoch	16.00-17.30	Nathalie Ndawele, ab Oktober Ruth Tavcar
	Donnerstag	18.00-19.00	Trockentraining, Fabian Schoch
	*(Samstag	11.45-13.30	Michel Tavcar) -> nach Vereinbarung

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 International sowie National**

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. Trainingseinheiten. Individuell nach Alter und Leistung (6-12 Einheiten).

**Sportmannschaft**

Trainer: Sandra Schmitz, Tel. 079 736 18 30, [sandra.schmitz@gmx.ch](mailto:sandra.schmitz@gmx.ch) (Mittwoch, Freitag)  
Véronique Löffler, Tel. 079 614 28 45, [veronique.l@hotmail.com](mailto:veronique.l@hotmail.com) (Dienstag)

Trainingsort: Hallenbad Aarwangen

Trainingszeiten:	Dienstag:	20.30-21.30 (Veronique Löffler)
	Mittwoch:	17.30-19.30 (Sandra Schmitz)
	Freitag:	17.00-19.00 (Sandra Schmitz)

Geeignet für Schwimminteressierte 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: Véronique Löffler, Tel. 079 614 28 45, [veronique.l@hotmail.com](mailto:veronique.l@hotmail.com) (Dienstag)

Trainingsort: Hallenbad Aarwangen

Trainingszeiten: Dienstags: 20.30 – 21.30 Uhr Hallenbad Aarwangen

Geeignet für Schwimminteressierte ab 16 Jahren (Ex-Schwimmer, Triathleten, Breitensportler). Hauptziele sind die technische und Grundlagen spezifische Erhaltung einer gewissen Form.

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

**Wichtige Daten 2012/2013 – zum Vormerken:**

- 25.08.2012 Grillplausch Hornusserhütte – Aufgebot erfolgte durch Markus Wyss
- Nov./Dez 12 Mitgliederversammlung 2012
- Mai 2013 Sponsorenschwimmen
- Juni 2013 Holiday-Trophy – 80 Jahre Schwimmklub Langenthal
- August 2013 Grillplausch

Der SKLA Vorstand wünscht allen ein sportlich tolle Saison 2012-2013



## Unsere Sponsoren:



[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.

