



Simlinjeledarmöte inför vårterminen 2019

Vi hoppas att med kväll ge såväl våra nya som erfarna ledare information och inspiration för ett glädjefyllt arbete med simlinjebarnen i vår och framöver.

DAG	Måndagen den 7 jan. 2019
TID / PLATS	Kl. 18.00 – ca 21.00 Tegnércaferian, simhallen
LEDARE	Gundula Forsaeus med korta inslag av Nils Liedberg och Olle Sundelin
INBJUDNA	Samtliga Simlinjeledare i vår, reservledare, övriga intresserade
PROGRAM <i>ordningen mellan punkterna kan ändras</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Välkommen! Erfarenheter från höstens Simlinjeverksamhet • KanslietOnline (KO) – komplettering "appen", sms, e-post • Pärmarna med Trivselregler, schema & kalender, grupplistor på KO • Simmärken & märkesprotokoll Märkesmål – nivåsmål • Materiel - några önskemål? Hur långa korvar? Förrådet • Utmanaren - en fantastisk "prova på" tävling - Simlinjetränare på Utmanaren? Extra träning? • Vikarier – rutiner för vikarieanskaffning • Badpersonal har ordet (Olle)
CAFETERIAN	
SIMHALLEN	<ul style="list-style-type: none"> • Önskemål från deltagarna • Organisation i bassängen, linorna • Repetition av några viktiga moment <ul style="list-style-type: none"> ○ Uppvärmning, samling - syfte ○ Frånskjut – alltid vid start i vattnet ○ Benspark/bentag vid kanten, ○ Andas ut i vattnet – bubbla ○ Hopp - klättra • De fyra simsätten – visa vi rätt på land i simhallen (Nils) Ryggcrawl, Crawl, Bröstsims, Fjäril • Kolla dig själv i styrketränningslokalen mot spegelvägg
STYRKEHALLEN	
CAFETERIAN	Fika
PLANERING	Tid för planering och frågor
ANMÄLAN / BEKRÄFTELSE FRÅGOR	Anmäl/bekräfta att du kommer eller är förhindrad senast onsdag 2/1 (behövs för fikaten) till Gundula Forsaeus 070-59 070 59 webmaster@saffless.se
VÄLKOMMEN! FÖRBEREDELSE	Kolla att du kan logga in som ledare på KanslietOnline . Jag skickar en länk för nytt lösenord till alla nya huvudledare och hjälpledare tis-/onsdag. Använd den vid behov. Hör av dig till Gundula om det inte funkar.