

INFORMATION TIL FORÆLDRE



NY SVØMMER PÅ TALENT BEGYNDER



UDGIVET: AUGUST 2016

OM HOLDET

- Første trin i konkurrenceafdelingen og primært for svømmere i 7-10-års alderen.
- Der trænes efter, at svømmerne opnår færdigheder, som ruster dem til at deltage ved stævner.
- Det primære fokus er at udvikle svømmernes motoriske og tekniske færdigheder, så de har et bredt fundament at bygge deres videre udvikling på.
- På Talent Begynder holdet undervises der hovedsageligt teknisk med fokus på, at det skal være inspirerende at være svømmer.

Du kan læse mere om holdene på klubbens hjemmeside:

<http://www.koldingsk.dk>

GENERELT

Med denne folder vil vi gerne byde jer velkommen og samtidig forsøge at give jer et indtryk af konkurrenceafdelingen i Kolding Svømmeklub og dermed give svar på nogle af de spørgsmål, du/I uvilkårligt vil have som forældre til en svømmer, der er på vej ind i konkurrencesvømningen.

Men selv med alt dette kan det være svært lige at forstå/huske det hele, så du/I er naturligvis velkommen til at snakke med os i hallen, ringe og eller sende en mail til os - se kontaktpersoner sidst i denne folder.

Konkurrenceafdelingen i Kolding Svømmeklub tæller pr. januar 2016 ca. 100 konkurrencesvømmere fordelt på 6 hold - E1, E2, E3, K2 og talentholdene. Aldersmæssigt er svømmerne fra 6 til 18 år.



Svømmerne udtages af trænerne og cheftræneren i samarbejde talentudvikleren. Svømmekoordinatoren fra svømmeskolen er med, når der rykkes svømmere op fra svømmeskolen.

Ud over den daglige træning afholdes der forskellige sociale arrangementer som for eksempel den årlige "ryste sammen tur" til Houens Odde for alle konkurrencesvømmere, hyggeaftener, træningsweekender m.m.

På klubbens hjemmeside kan du læse om tidligere, nuværende og kommende arrangementer, og vi

opfordrer jer til løbende at checke hjemmesiden.

At være en del af et godt fællesskab har højt fokus i Kolding Svømmeklub - både når du er i svømmehallen og har fri.

Vi opfordrer derfor til, at forældrene går sammen om at arrangere nogle fælles aktiviteter for svømmerne. Det kan f.eks. være fælles pizzaspisning i klublokalet.

Så snak med de øvrige forældre og find i fællesskab ud af, hvad der er stemning for.



TRÆNING OG STÆVNER

Det forventes, at talentholds-svømmerne kommer stabilt til træningen og er aktivt deltagende i opvarmningen, vandtid og udstrækningsdelen.

Det forventes også, at svømmerne på talentholdene er stævneaktive og deltager i stævnetilbuddene.

Træningstiderne kan du finde her:

<http://goo.gl/4oRXQo>

På Talentholdet bruges drikkedunk, pullboy (Junior 23x8x8 cm), korte svømmefødder, plade og badehætte.

Svømmefødder, plade og pull boy kan du i starten låne i svømmehallen, men vi anbefaler, at du køber dit eget udstyr (i et net), da der kun er et begrænset udbud af størrelser. Alle svømmere i konkurrenceafdelingen kan opbevare deres net med udstyr i Slotssøbads kælder.

Vi samarbejder ikke med en leverandør, men kan anbefale:

<http://www.svoemmespecialisten.dk>

<http://www.maxpuls.dk>

<http://tyrdanmark.dk>

Der er ca. 4 endagsstævner, som dit barn kan deltage i. Når vi er til stævner, tager vi afsted som et hold og tager først hjem, når alle er færdige. Der skal derfor sættes god tid af, når man tilmelder sig.

Ud over træning, stævner og træningslejre har godt fællesskab høj fokus i klubben. Der vil på Talentholdet blive arrangeret sociale aktiviteter ved siden af træningen.

OBS!

I klubben er der ofte træning i skoleferierne, på nær når holdet er på træningslejr.

TIDER

HUSK TIL STÆVNER:

Til stævnerne er det vigtigt, at tasken er pakket med de rigtige ting. Som minimum bør tasken indeholde:

- 2 sæt badetøj
- 2 par svømmebriller
- 2 håndklæder
- 2 badehætter
- Drikkedunk
- Indendørs sko
- Klubbetøj (T-shirt og shorts samt gerne en langærmet trøje)
- Madpakke



Når vi har været til et stævne, bliver resultatlisten lagt ud på forsiden af KSK's hjemmeside og på Octoopen, der er en database over alle danske konkurrencesvømmere, hvor man kan holde øje med sine tider. Tiderne bliver opdateret efter hvert stævne/mesterskab.

Indtast navn og klub under "Svømmere", så vil databasen vise alle de tider, vedkommende har svømmet som konkurrencesvømmer.

Sådan gør du:

- Gå på www.octopen.dk
- Vælg "Svømmer" i den blå bjælke t.v.
- Skriv fornavn, efternavn og klub (Kolding) og tryk vis

Klik herefter på dit barns navn og tiderne kommer frem. Til stævner konkurrerer man ikke kun mod andre, men også sig selv. Det gælder om at slå sig egen rekord, eller det vi i svømmesporten kalder for 'PR' (personlig rekord).

NÅLE

Når man har svømmet under en bestemt tid i en given distance, kan man få en nål som bevis for, at man har et vist niveau inden for svømning. Man kan få mange forskellige nåle. Den nål, som det er nemmest at få, hedder en flippernål, og den sværeste nål er elitenålen.

For at opnå en nål med sløjfe skal man opnå nålen i tre forskellige discipliner (crawl, bryst, ryg, fly eller medley).

Hvis du svømmer mange forskellige stilarter, kan du få en nål 'med sløjfe'. Den får man, hvis man f.eks. har klaret tiden til en bronzenål i 3 forskellige stilarter, brystsvømning, crawl, rygcrawl, butterfly eller medley. Man kan dog ikke få 'sløjfe' på 'flipper-' og 'talentnålene'.

Man kan kun få en nål en gang, dvs. hvis man eksempelvis har fået en talentnål i 100 m fri, kan man ikke også få en talentnål i andre

discipliner som eksempelvis 200 m IM.

På vores hjemmeside via 'Stævner og events' --> 'Kravtider' kan man finde links til alle nåletiderne, ligesom alle kravtider til mesterskaberne også er der.

Der opnås også nåle for 50 m. løb. Disse tider ligger samme sted og hedder DGI nåletider.

Vi har i nåleudvalget besluttet, at I fremadrettet selv skal undersøge, om I har opnået en ny nål.

De fleste af jeres børn ved godt, hvad deres tider er, og når de har svømmet PR. Nu skal I så bare holde øje med, om de nye tider udløser en ny nål.

For de af jer, der aldrig har prøvet det før, ligger der en forklaring på vores hjemmeside <http://www.koldingsk.dk/>.

Bemærk venligst at I skal logge ind på klubmodul og går ind under EVENT og finder "Opnåelse af svømmenåle" og laver en anmeldelse der. Skriv hvad I mener at have opnået en nål i med stævne navn og -dato samt disciplin, og hvilken nål det drejer sig om.

NB! Der skal laves en anmeldelse for hver nål, man mener at have opnået.

Så tjekker vi, om det er rigtigt, og laver diplommet med tilhørende nål til jer.

Nåle med diplomer udleveres ca. 3 gange årligt (juleafslutning, træningslejre, sommerafslutning).

Er du i tvivl om, hvordan du gør, så tag fat i dit barns træner eller kontakt vores ansvarlige for nåle Britt Frederiksen på:

casperoglasse@fl-plast.dk



FORÆLDREROLLEN

Behovet for frivillige hjælpere er stort, og derfor er forventningerne til forældrene til en svømmer på Talent Begynder følgende:

- Forældre skal have **minimum modul 1** og gerne modul 2 og 4. Kurserne udbydes henover året via vores hjemmeside, men I er også velkomne til selv at orientere jer herom på www.svoem.dk.
- Derudover skal forældre være official hver 3. stævnedag samt køre hver 2. stævnedag jævnt fordelt på korte og lange ture.
- Aktiv ved sponsorarbejde, ved julekalendersalg, forældreengagement ved klubmesterskab, sponsorstævne og aktiv/højt engagement ved Dronning Dorothea Cup.

I forbindelse med stævner er der fuld forplejning og evt. overnatning til officials.

Husk: Jo flere forældre, der har en officialuddannelse, desto færre weekender/dage skal den enkelte official afsætte.

SVØMMEKONTO

En svømmekonto er en personlig konto, som svømmerens forældre kan optjene penge til gennem bl.a. vores årlige sponsorstævne og ved at være frivillig for klubben til forskellige arrangementer i Kolding.

De optjente penge kan bruges som betaling for stævner og træningslejre. Saldoen på din svømmekonto kan du se på klubmodul.

Læs mere om Svømmekontoen i folderen 'Velkommen i Konkurrenceafdelingen', som kan downloades på vores hjemmeside via 'Om KSK' --> 'Informationsfoldere (PDF)' eller via dette link:

<http://goo.gl/zwSFd1>

HOLDLEDER

Når svømmerne er til stævne eller på træningslejr, skal minimum 1 forælder med som holdleder.

En holdleder sørger for alt det praktiske som fx, at svømmerne får mad og drikke, husker dem på at komme til start, hører, om de har det godt/er kede af det.

En holdleder er med andre ord en, der hjælper træneren med at sørge for, at alle har det godt, og at det praktiske til stævner/træningslejr fungerer.

Læs mere om holdlederrollen på hjemmesiden under 'Stævner og events' --> 'Officials/Holdleder'.

OFFICIALS

Konkurrencesvømmere deltager i flere stævner fordelt over hele året. Ved hvert stævne er der officials/ dommere til at sørge for, at alle svømmere bliver bedømt ens og svømmer efter reglerne samt, at alle får deres korrekte tid og placering.

Dansk Svømmeunion uddanner officials, og Kolding Svømmeklub betaler for officialuddannelsen. Alle starter med modul 1, som er et tidtagerkursus. Derefter uddannes man til bane- og vendedommer (modul 2).

Efter modul 2 er der en bred vifte af forskellige moduler, hvor man til sidst kan ende som overdommer.

Kontakt Charlotte Elmann ved spørgsmål omkring officialskurser og kursus tilmelding:

charlotte_elmann@live.dk



KONTAKT OS

Solveig Hansen

Formand for Konkurrence-
udvalget

Mobil: 2612 8838

Mail:
konkurrence@koldingsk.dk

Dorthe Thaysen

Medlemsadministration

Telefontid tirsdage fra 17-19

Telefon: 7550 0190

Mail:
administration@koldingsk.dk

Charlotte Elmann

Officials og kurser

Mail:
charlotte_elmann@live.dk

Britt Frederiksen

Nåleansvarlig

Mail: casperoglasse@fl-plast.dk

Jacob Brink Quaade

Cheftræner

Mobil: 2283 7836

Mail: jbq@koldingsk.dk

Daniel Holm Hansen

Træner og talentudvikler

Mail:
danielholmhansen@gmail.com

JEG/VI VIL GERNE HJÆLPE

Har du fået mod på at deltage aktivt i Kolding Svømmeklub, så kontakt konkurrence- udvalget, send os en mail eller aflever denne seddel i postkassen i klublokalet. Vi glæder os til at høre fra DIG!

Navn: _____

Telefon: _____

Email: _____

Forældre til: _____ Hold: _____

Jeg vil gerne deltage i følgende:

Uddannelse til tidtager/official	
Holdleder til stævner	
Holdleder på træningslejre/andre ture	
Hjælper ved egne stævner	
Andre praktiske opgaver i klubben	
Medlem af bestyrelse og/eller udvalg	
Sponsorarbejde	
Andet (angiv):	



