

## Gruppbeskrivning Simiaden Svart ( Sim- Svart)

Ålder	9-13 år
Steg i utvecklingstrappan	3 - Teknikinläring och fysisk aktivitet
Förkunskaper	Bronspokal i utmanaren. Genomföra 100 meter korrekt medley. Kunna lyssna och ta emot enklare instruktioner. Delta på tävling i annan ort än klubbens regi. Visa intresse för tävlingssim som idrott.
Mål	Kunna genomföra enklare uppvärmning själv. Silverpokal i utmanaren. Kunna genomföra enklare träningsserier. Kunna hålla enklare starttider. Visa intresse för tävlingssim som idrott. Aktivt delta på tävling på annan ort i klubbens regi.
Ledare	2-3
Antal	15-25 st
Närvaro	3-4 ggr/ vecka
Landträning	Rörelsemönster med lekfulla inslag. Övningar med fokus på den egna kroppen som belastning.
Träningsutrustning	Vattenflaska, Simfenor
Tävling	Tävling är en förutsättning då detta är en grupp i tävlingsverksamheten.
Tävlingsanmälan	Via hemsidan av föräldrar.
Andra idrotter	Uppmuntras starkt.
Informationsflöde	Via hemsidan men huvudsakligen via E-mail.
Ansvarig ledare	Cornelia Sundqvist <a href="mailto:cornelia@skelfsborg.com">cornelia@skelfsborg.com</a>