

Forberedende aktiviteter for svømmere udtaget til EYOF 2022

Svømmere, der accepterer indstilling til udtagelse til EYOF 2022, accepterer samtidigt deltagelse i nedenstående obligatoriske aktiviteter:

6. - 8. maj 2022 Kickoff træningsophold forventeligt i Hovedstadsområdet
Indhold:
- Teambuilding for alle udtagne svømmere og trænere
 - Forventningsafstemning omkring målsætning
 - Endelig afklaring af ønsker til løb ved EYOF
 - Uddannelse i regler og procedurer omkring antidoping via uddannelsesprogrammet fra Anti Doping Danmark, Ren Vinder.
 - Uddannelse i sportsernæring via Team Danmarks atletuddannelse.
 - Afklaring omkring medicinforbrug og evt. TUE
 - Gennemgang af Dansk Svømmeunions teamkultur for landshold, " Et hold, et mål"
 - Træningen består af generel landtræning, lavintensitet vandtræning med fokus på basale tekniske færdigheder og ben
 - Klubtrænere er meget velkomne til alle træningspas.
 - Informationsmøde for forældre og klubtrænere lørdag kl. 11.00-12.00.
26. - 30. maj 2022 Internationalt stævne i Glasgow, Skotland
Indhold:
- 3 dages international konkurrence (3 dage med indledende og finaler)
 - Afprøvning af løbsstrategier
 - Fokus på samarbejde mellem svømmer og gruppetræner
23. - 31. juli 2022 EYOF 2022 i Banská Bystrica, Slovakiet
Indhold:
- 1½ dages akklimatisering og forberedelse forud for EYOF
 - 6 dages konkurrence (6 dage med indledende og finaler)
- Uge 32 - 36, 2022 Individuelle evalueringssamtaler – EYOF 2022
Indhold:
- Individuelt evalueringsmøde som afrunding af EYOF 2022
 - Deltagere: svømmer, personlig træner og SVØM juniorlandstræner
 - Mødet varighed: 1 time. Dato aftales senest i starten af august.

Alle de nævnte dage forventes at være inklusiv.

Spørgsmål til ovenstående kan rettes til Thomas Stub på ts@svoem.dk eller tlf.: 20 62 13 50.