

## Forberedende aktiviteter for svømmere udtaget til VM junior 2019

Svømmere, der accepterer udtagelse til VM junior 2019, accepterer samtidigt deltagelse i nedenstående obligatoriske aktiviteter:

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| Uge 15 - 27, 2019         | <u>Forberedende aktiviteter til EM junior og VM junior 2019 i fuldt omfang</u><br>Se disse beskrevet i "Forberedende aktiviteter for svømmere udtaget til EM junior 2019".   |
| 24. juli - 7. august 2019 | <u>VM junior træningslejr (sted endnu ukendt)</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- 14 dages træningslejr</li><li>- Klubtrænere er velkomne på træningslejren</li></ul>  |
| 17. - 26. august 2019     | <u>VM junior 2019 i Budapest, Ungarn</u><br>Indhold: <ul style="list-style-type: none"><li>- 3 dages akklimatisering og forberedelse forud for VM junior</li><li>- 6 dages konkurrence (6 dage med indledende og finaler)</li></ul>  |
| Uge 36 - 37, 2019         | <u>Individuelle evalueringssamtaler - EM junior og VM junior 2019</u><br>Indhold: <ul style="list-style-type: none"><li>- Individuelt evalueringsmøde som afrunding af EM junior og VM junior 2019</li><li>- Deltagere: svømmer, personlig træner og SVØM juniorlandstræner</li><li>- Mødet varighed: 1 time. Dato aftales i slutningen af august.</li></ul> |

Alle de nævnte dage forventes at være inklusiv.

Det understreges, at klubtrænere til udtagne svømmere forventes at samarbejde omkring forberedelsesforløbet fra hjemkomsten fra EM junior og frem til afrejsen til VM junior.

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