

## **Clinics**

Op verzoek organiseert STAR zwemclinics.

### **Wie kunnen een clinics aanvragen?**

Iedere vereniging kan het verzoek doen om een clinic of een trainingsstage te laten organiseren.

Ook mastersteams kunnen zich inschrijven voor de clinics. Het maakt niet uit op welk niveau de vereniging zwemt.

In samenspraak met de vereniging worden de wensen doorgesproken en het programma opgesteld.

### **Mogelijkheden:**

Video-opnames met een speciaal door STAR ontwikkeld apparaat.

Er worden altijd onder- en wateropnames gemaakt, afhankelijk van het onderwerp wordt natuurlijk ook boven water gefilmd.

Een map met techniekbeschrijving, die hoort bij het onderwerp en de landtraining of clinic.

De begeleiding tijdens de dag is in handen van ervaren STAR trainers, een fysiotherapeut en meerdere begeleiders. Op de meeste clinics zal ook oud-Olympisch zwemmer Martijn Zuijdweg tot de trainersstaf behoren.

### **Hoe kan een clinic eruit zien?**

klaarmaken voor training

zwemtraining

uitleg en filmen

landtraining / bespreken videobeelden

zwemtraining

terugkomen op persoonlijke aandachtspunten

USB sticks met videobeelden en afsluiting.

Voor aanvraag en meer informatie:

[info@starzwemmen.nl](mailto:info@starzwemmen.nl)

Website

[www.starzwemmen.nl](http://www.starzwemmen.nl)