

20.10.2024

שלום רב,

הנדון: סגל רחב - נבחרת נוער

בשנה הקרובה יפעיל איגוד השחייה סגל רחב לנבחרות קאדטים ונוער שייפגש למספר ימי אימון מרוכזים בווינגייט. הסגל כולל בתוכו שחיינים מגילאי 15 עד 18, סגלי קאדטים ונוער. והוא יכול כ 50 שחיינים. הרשימה הורכבה על פי תוצאות השנה האחרונה בבריכת 50 מ' בכל המשחים התחרותיים בבריכה מ- 50 מ' ועד 1500 מ'.
בבנים נבחרו שחיינים שלהם 2 תוצאות (או יותר) בניקוד רדולף +15.
בבנות נבחרו שחייניות שלהן 2 תוצאות (או יותר) בניקוד +13.
אם בטעות השמטנו שחייין / שחיינית שאמורים להיות בסגל אנא עדכנו אותנו בהקדם על מנת שנוכל לתקן את הטעות.

[לקובץ הקריטריונים לפי גיל ומשחה הקלק כאן](#)

[לסגלי הנבחרת בנים ובנות - לחץ כאן](#)

היום המרוכז הראשון יערך בתאריך 1.11.2024

סדר יום (מחנה סגל רחב):

התכנסות עד 8:40

אימון מים בבריכה האולימפית 9:00-11:00

פעילות חברתית / לימודית / אחרת 11:00-13:00

13:00 ארוחת צהריים

אימון מים 14:00-16:00

יש להגיע עם ציוד שחיה מלא, ולבוש מתאים לאימון יבש.

פעילות הסגל הרחב היא תנאי להשתתפות בסגלי הקדטים והנוער בהמשך השנה במשימות הבינ"ל.

מאמנים מובילים ליום המרוכז:

כרמל לויתן, אמיר כהן

בהצלחה לכולם,

אסף מימון – מנהל מקצועי