

# Konkurrence Målsætning i Grenaa Svømmeklub

## Sportsligt

Klubbens overordnede sportslige mål for konkurrenceafdelingen er at kunne udvikle svømmere der kan klare de opstillede kravtiderne på 50m og 100m til de danske nationale mesterskaber.

## Socialt

Klubben efterstræber at skabe et miljø som de unge har lyst til at komme og træne i. Udover den seriøse træning, så skal det også være hyggeligt og sjovt at komme til træning. Vi skal acceptere hinandens forskelligheder, respektere hinanden og være et hold.

## Personligt

Personligt giver vi svømmerne en hobby og noget de kan gå op i. Vi lærer dem hvordan forbedring kræver en arbejdsindsats og at intet kommer af sig selv. Vi lærer svømmerne at tage ansvar for deres egen træning. Vi lærer svømmerne at blive struktureret. Det kræver planlægning at passe sin træning ved siden af skole, venner og familie. Og ikke mindst glæden ved at sætte sig et mål, knokle for at nå det, for så se det ske. Alt samme egenskaber der vil gavne dem resten af livet.

## Baggrund til sportslige målsætning

I indendørs svømning konkurrerer man på distancer mellem 50m og 1500m i de 4 stilarter. I Grenå ligger 80% af fokus på 50m og 100m distancerne og dette afspejles også i træningsformen.

Grunden hertil bunder i de kun 3 gange vandtræning vi har om ugen. Derved kommer en svømmer fra Grenå aldrig til at kunne gøre sig på distancer over 200m da disse kræver langt flere km i bassinet end de korte sprinter gør.

Ved at tilpasse programmer til at dygtiggøre svømmerne på de korte distancer, ofre vi en del af bredden og valgmulighederne, til gengæld giver det muligheden for enkelte at kunne deltage ved de nationale stævner og som klub kan vi være konkurrencedygtige med klubber der træner 6-8 gange om ugen.