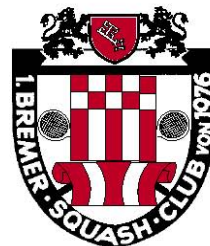




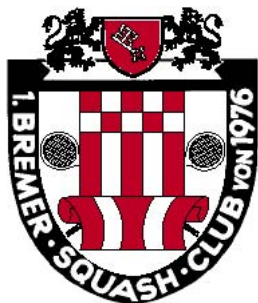
## **1. Bremer Squash-Club von 1976 e.V.**



### **Gliederung**

#### **Grußwort des Präsidenten**

- 1.) Jugendarbeit ( Oberliga )**
- 2.) Aufgabenbereiche im Verein**
- 3.) Trainer und Betreuer ( Fortbildung)**
- 4.) Spielbetrieb**
  - a.) Allgemeiner Spielbetrieb
  - b.) Leistungskader
  - c.) Erfolge im Spielbetrieb
- 5.) Personalien ( Spieler )**
- 6.) Pädagogische Ziele**
  - a.) Motorisches Lernen ( Phase 1-3 )
  - b.) Grobkoordination
  - c.) Koordinative Fähigkeiten
  - d.) Sportphysiologie
- 7.) Jugendarbeit im 1. BSC**
  - a.) Sichtung ( Ferienprogramm )
  - b.) Breitensport ( Projektwochen )
  - c.) Heranführung und Talentförderung -Training in Leistungsgruppen,  
Auszug Trainingsplan und Trainingswochenende
- 8.) Leistungskader**
  - a.) Sportliche und persönliche Anforderungen
  - b.) Übersicht: Trainingslehre - Sportbiologie / Grundbegriffe des Trainings
  - c.) Kraft und Kraftarten
  - d.) Stretching
  - e.) Sportliche Ziele
  - f.) Sportliche Erfolge im Leistungskader
- 9.) Erfolge der Nachwuchsathleten**
  - a.) Torsten Maurer
  - b.) Luis das Neves
  - c.) Andree Heyat
  - d.) Heiko Schwarzer
  - e.) Tim Weber
  - f.) Nina Broschart
- 10.) Ehrungen**  
**Weltranglistenspieler , Sportstätte, Wer-Was-Wo, Pressestimmen**



## **1. Bremer-Squash-Club**

*von 1976 e.V.*

Horst Fiederling

1. Vorsitzender



Die konstante Jugendarbeit über Jahre ermöglicht es uns, auf einen kleinen leistungsstarken Kader zurückzublicken. Der unermüdliche Einsatz hat dem kleinsten Bundesland, Ehrungen, Meistertitel, Nationalspieler sowie eine Damen/Herrenmannschaft in der 1. Bundesliga erarbeitet.

Die Jugend ist unsere Zukunft und wir sind kräftig dabei: als Ausbilder und Förderer vom 1.BSC Jugendleistungskader, als Ausrichter von regionalen Turnieren, z.B.: 28 mal Bremer Schlüssel, seit 27 Jahren mit Jugendbeteiligung.

Nationale Topereignisse der Vergangenheit, die deutschen Jugendmeisterschaften 1994, 1995, 1996, 1999, die norddeutsche Meisterschaft 2003, sowie die deutschen Jugendranglisten 2004

Internationales Großereignis:

Wir waren mit unserem Team Gastgeber der Jugendeuropameisterschaft vom 14.04. bis zum 24. April 2000 in Bremen.

Mit 29 Jahren gehört der Verein nicht zum alten Eisen.