



Mit diesem Schreiben geben wir den Startschuss zur intensiven Vorbereitung auf die Deutschen Meisterschaften 2012.

Als verantwortliches Landestrainerteam haben wir die Vorbereitungsplanung fertiggestellt. Die künftige Handhabung von Nominierungen für die Deutschen Meisterschaften ist seit 2010 ausgearbeitet und mit dem Vorstand des Hessischen Ringerverbandes e.V. verabschiedet.

Du bist einer der Sportler, den wir gerne optimal auf die Deutschen Meisterschaften in der jeweiligen Altersklasse mit vorbereiten möchten – wir zählen auf Dich!

Wie aus dem vergangenen Jahr bekannt, ist das Nominierungskriterium zur Deutschen Meisterschaft und darüber hinaus zu internationalen Wettkämpfen sowie Kaderstatus und Nationalmannschaftslehrgänge im Jugend- und Männerbereich (einschließlich weibliches Ringen) verschärft worden.

Wir informieren Dich nun ausführlich über die Nominierungskriterien, die für eine Nominierung auf Deutsche Meisterschaften einfließen werden:

• **Hessische Meisterschaften**

Die Hessischen Meisterschaften 2012 gelten als Nominierungskriterium für einen Start bei einer DM 2012. Jeder Sportler, der auf einer Deutschen Einzelmeisterschaft 2012 starten möchte, muss auch auf den Hessischen Meisterschaften **mindestens** in der jeweiligen Altersklasse an den Start gehen. Der Hessische Ringerverband e.V. gewährt nur in besonderen Fällen Ausnahmen.

Diese sind:

1. Einsatz von Endrundenkämpfen mit einer Bundesligamannschaft in der laufenden Saison 2011 / 2012.
2. Einsatz bei einem zentralen Vorbereitungslehrgang des Deutschen Ringerbundes e.V.
3. Kurzfristiger Ausfall durch eine Krankheit oder Verletzung (Attest vom Arzt muss vorliegen)

• **Training im Bundesstützpunkt Aschaffenburg**

Allein die Teilnahme an den Hessischen Meisterschaften berechtigt **keinen** Startplatz bei den Deutschen Meisterschaften. Sie ist jedoch Teil der Berechtigung.

Das HRV- Landestrainerteam möchte in der Vorbereitungsphase mit den Athleten wöchentlich arbeiten. Die Vorbereitungsphase beginnt **ab sofort (Oktober 2011)**.

Als Kadersportler des HRV und ggf. des DRB wirst Du deshalb an **ALLEN** Haupttrainingstagen im RLZ Aschaffenburg erwartet. Die minimale Trainingsbeteiligung liegt bei 1x pro Woche.



Wenn Du verhindert bist, dann erwarten die jeweiligen Landestrainer eine Benachrichtigung per Email oder Telefon!

Bei Problemen mit Freistellungen, Schulzeiten etc. stehen wir Dir auch gerne mit Rat und Tat zur Verfügung.

Trainingswochenplan

Hessischer Ringerverband e.V.

Montag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
17.00 – 18.30 Uhr C/B-Jugend weibliche Jugend	17.00 – 18.30 Uhr C/B-Jugend weibliche Jugend	17.00 – 18.30 Uhr C/B-Jugend weibliche Jugend	17.00 – 19.00 Uhr Außenstützpunkt Arheilgen alle Stilarten / alle Altersklassen
18.30 – 20.30 Uhr Kadetten – Männer Frauen	18.30 – 20.30 Uhr Kadetten – Männer Frauen	18.30 – 20.30 Uhr Kadetten – Männer Frauen	18.30 – 20.00 Uhr weibliche Jugend - Frauen
	18.00 – 20.00 Uhr Außenstützpunkt Groß-Zimmern alle Stilarten / alle Altersklassen		

Der Hessische Ringerverband e.V. gewährt nur in besonderen Fällen Ausnahmen. Diese sind:

- Sportler, die der Sportfördergruppe Bruchsal angehören (Training in Schifferstadt)
- Sportler, die Blockschule, Bundeswehr, Studium außerhalb absolvieren

Hierzu bitte Rückinfo an Jens Gündling wegen Koordination.

- **Teilnahme an den Vorbereitungslehrgängen**

Nach dem Start bei den Hessenmeisterschaften und dem kontinuierlichen Training im RLZ Aschaffenburg beginnen die Vorbereitungslehrgänge für die DM in der jeweiligen Altersklasse.

Die Sportler werden bei den Hessischen Meisterschaften ausgewählt und zu den Lehrgängen in den Bundesstützpunkt Aschaffenburg eingeladen.



Wir wünschen Dir eine gute Vorbereitung, viel Spaß beim Training und ein erfolgreiches Jahr 2012 – daran arbeiten wir zusammen!

Mit sportlichen Grüßen

Hessischer Ringerverband e.V.

Toni Kunkel
Präsident

Peter Pimpl
Vize-Präsident Sport

Landestrainerteam
Jens Gündling
Landes-Cheftrainer

in Verantwortung für
alle Stilarten und Bereiche

weiterrscrollen für Termine 2012



Sportjahr 2012

Stand: 15.11.2011

Hessische Meisterschaften // 2012		
-----------------------------------	--	--

21.01.2012	Junioren, D- und E-Jugend Freistil	RSC Fulda
22.01.2012	Kadetten, C- Jugend Freistil	RSC Fulda
28.01.2012	Junioren, D- und E-Jugend Gr. – römisch	RSV Elgershausen
29.01.2012	Kadetten, C-Jugend Gr. – römisch	RSV Elgershausen
04.02.2012	Männer, Frauen, weibliche Jugend Freistil	KSV Bensheim
05.02.2012	B – Jugend Freistil	KSV Bensheim
11.02.2012	Männer, B – Jugend Gr. – römisch	KSV Waldaschaff
12.02.2012	Mannschaftsmeisterschaften Schüler und Jugend	KSV Waldaschaff



Vorbereitungslehrgänge // 2012 - Gesamtübersicht
--

Termine 2012:

04.02.2012	Junioren	Griechisch-römisch	LG 1
11.02.2012	Junioren	Freistil	LG 1
18.02.2012	Junioren	beide Stilarten	LG 2
25.02.2012	weibliche Jugend	Freistil	LG 1
25.02.2012	Kadetten	beide Stilarten	LG 1
03.03.2012	Kadetten	beide Stilarten	LG 2
10.03.2012	Männer + Frauen	Freistil	LG 1
17.03.2012	Männer	Griechisch-römisch	LG 2
17.03.2012	B – Jugend	beide Stilarten	LG 1
24.03.2012	B – Jugend	beide Stilarten	LG 2

Trainingszeiten:

Griechisch-römisch: 09.30 – 11.00 Uhr / 12.30 – 14.00 Uhr / Essen: 11:30 Uhr
 Freistil + Weiblich: 10.30 – 12.00 Uhr / 13.30 – 15.00 Uhr / Essen: 12:30 Uhr



Deutsche Meisterschaften // 2012

24.02. – 26.02.2012

Junioren Freistil

SV Hallbergmoos / BAY

Junioren Griechisch-römisch

KSV Witten 07 / NRW

02.03. – 03.03.2012 (2 Tage Fr./Sa.)

Weibliche Jugend

RSV Hansa Frankfurt/Oder / BRB

09.03. – 11.03.2012

Kadetten Freistil

SC Kleinostheim / HES

Kadetten Griechisch-römisch

RSC Laudendach / NBD

16.03. – 18.03.2012

Männer / Frauen Freistil

RWG Mömbris/Königshofen / HES

23.03. – 25.03.2012

Männer Griechisch-römisch

TSV Ehningen / WTB

30.03. – 31.03.2012 (2 Tage Fr./Sa.)

B – Jugend Freistil

RW Büdesheim / RHS

B – Jugend Griechisch-römisch

SAV Torgelow / MEV