Allgemeines vor, während und nach dem Schwimmen

- Ist das Kind sportgesund!?
- Trainer über Krankheiten/Behinderungen informieren
- aktuelle Telefonnummer dem Trainer mitteilen
- vor dem Schwimmen nicht viel essen
- **pünktliches** Erscheinen ist wichtig!
- keine Bikinis oder Bermudashorts anziehen
- **keinen Kaugummi** während des Tr
- kein Glas mit ins Bad nehmen
- im Badbereich incl. Duschen nicht laufen!!!!!
- Bei Schnupfen sollte nicht trainiert werden
- nach dem Anfängerschwimmen sollte das Kind etwas trinken und essen.
- Wenn die Elternteile ihre Kinder abholen, nachsehen ob nichts vergessen wurde! Handtuch, Duschgel, Shampoon, Schwimmbrille, Badeanzug/Badehose, Badelatschen ….. Kind!

Ab 15.10.2011

im neuen Hallenbad an der Philipp-Schneider-Straße

Informationen über Ausfallzeiten finden Sie im ESV-Schaukasten im Hallenbad Kerpen und im Internet unter:
www.esvhorrem.de/inhalt/schwimmen.htm

Ansprechpartner:

Otto und Heidi Hövel
Info@esvhorrem.eu
Tel.: 02237-2519 od. 922877
Mobil: 0170-9897858

Schwimmabzeichen

1. Anfängerschwimmpass
   a. Bronze
   b. Silber
   c. gold
2. Seepferdchen
3. Trixi
4. Ausdauerschwimmabzeichen
   a. Von 15 – 90 Minuten schwimmen
5. Deutscher Jugendschwimmpass
   a. Bronze
   b. Silber
   c. gold
6. Deutscher Leistungsschwimmpass
   a. Hai
   b. Silber
   c. gold

Gebühren:	pro Pass	1,50 €
	pro Stoff-Abzeichen	1,50 €

Über die Leistungsinhalte der einzelnen Abzeichen informiert der Info-Flyer „**Sporttreff**“

Otto und Heidi Hövel
sportabzeichen@esvhorrem.eu
oder
Bruno Hohr
petrahohr@msn.com

Freizeit- und Breitensport

Runter vom Sofa, ab zum Sport!

Training und Abnahme des „Deutschen Sportabzeichen“ für Jung und Alt

Info und Terminabsprachen über Bruno, Heidi oder Otto

ESV 1925 Horrem e.V.

Anfänger Schwimmen 2011/-12

„Das sollten Sie wissen und beachten“

Unser Konzept der Schwimmausbildung

Kein Kurs, kein Stress!

Kein Zeitdruck, mehr Spass!

- ☺ **Wassergewöhnung**
- ☺ **Anfängerschwimmen 1** (Wasserbewältigung)
- ☺ **Anfängerschwimmen 2 mit Seepferdchen**
- ☺ **Grundlagentraining**
- ☺ **Wettkampfschwimmen**

Das Anfängerschwimmen ist aufwändig und kostenintensiv. Aus diesem Grund wird bei Aufnahme eine einmalige Sonderpauschale von € 13,00 fällig.

Das sollten verantwortliche Eltern wissen:

Nach dem "Seepferdchen" darf der Schwimmunterricht nicht enden!!! ..denn..

das Seepferdchen bescheinigt nur ein kurzes Überwasserhalten und kein Schwimmen!!!

Anfängerschwimmen

1. Wassergewöhnung
   a. gehen-laufen-hocken-springen-spielen mit entsprechenden Hilfsmitteln
2. Anfängerschwimmen 1 (Wasserbewältigung)
   a. wassergreifen-tauchen-atmen-schweben-gleiten ggf. entsprechenden Schwimmhilfen
3. Anfängerschwimmen 2
   a. aneignen der ersten Schwimmart (Brustarmzug / Kraulbeinschlag)
   b. Koordination der Armzüge und Beinschläge
   c. Seepferdchen

Anpassung des Körpers, der Sinne, Gefühle und Gedanken an die neuen Gegebenheiten des Wassers!

- ☞ Beinwechselschlag
- ☞ Armwechselziehen
- ☞ Kraulschwimmen
- ☞ Brustschwimmen
- ☞ Rückenschwimmen
- ☞ Schmetterlingsschwimmen

Sicherheit der Kinder geht vor allem!

Die einzelnen Gruppen werden in der Regel mit 7-10 Kinder pro Schwimmausbilder besetzt!

Das sollten Sie wissen und beachten

Leider reißen sich nicht viele darum, uns bei der Schwimmausbildung zu helfen. Weil uns die Sicherheit der Kinder vor Allem geht, müssen wir die Ausbildung etwas umstrukturieren.

Ab 2011 werden wir nur noch mit zwei unterteilten Bereichen im Nichtschwimmer arbeiten. Pro Gruppe (12:30 – 13:15 / 13:15 – 14:00 Uhr) werden max. 19 Kinder (7+12) ausgebildet.

Samstags wird die Anwesenheit der Kinder auf der ausliegenden Liste von den Eltern festgehalten.

Wir werden Plätze, die von Kindern belegt sind, die mehr als 3-mal unentschuldigt hintereinander gefehlt haben, mit Kindern aus der Warteliste auffüllen. **Der ursprünglich belegte Platz ist dann belegt!**

Wichtige Änderungen auf einen Blick:

- Kleinere Gruppen
- 13,00€ Anfängerschwimmzuschlag (AS-Zuschlag)
- 3,00€ Gebühr für das Seepferdchen
- Anwesenheit / Abwesenheit / Warteliste
- Ausbildungsabbruch nach 3-maligem unentschuldigten Fehlen

Beispiel: 1 Kind, 7 Jahre, neue Mitgliedschaft

Jahresbeitrag	(wird abgebucht)	18,00€
AS-Zuschlag	(Barzahlung)	13,00€ einmalig
Aufnahmegebühr	(Barzahlung)	5,00€ einmalig
Summe		36,00€

Haben sie Beschwerden oder Anregungen können sie Heidi und Otto Hövel direkt ansprechen, anrufen oder eine e-mail info@esvhorrem.eu schreiben.

Neue Anfangszeiten ab 03.10.2011

Gruppe 1	12:30 – 13:15 Uhr
Gruppe 2	13:15 – 14:00 Uhr

Möchten sie das Anfängerschwimmen durch ihre Mithilfe tatkräftig unterstützen, sprechen sie uns an!