

Schwimmkursinformationen

Liebe Eltern schön dass Sie Ihrem Kind ermöglichen schwimmen zu lernen.

Schwimmen zu können ist nicht selbstverständlich und sollte frühzeitig erlernt werden, gerade im Kindesalter sollten die Bewegungsabläufe des Schwimmens erlernt werden um später sicher im Wasser zu sein.

In diesem Blatt möchten wir alle Informationen zusammenführen die für Sie wichtig sind.

Damit Ihr Kind so unbeschwert wie möglich bei der DLRG Vöhrenbach das schwimmen erlernen kann.

Bevor Sie Ihr Kind bei uns anmelden sollte Ihr Kind mindestens 5 Jahre alt sein und wassergewöhnt sein. Was bedeutet "Wassergewöhnung"

Kinder, die das Schwimmen lernen sollen, müssen "wassergewöhnt" sein, damit sie frei und unbelastet das Schwimmen erlernen können. In Sachen Wassergewöhnung hat die DLRG eine feste "Definition", die maßgeblich ist. Von wassergewöhnten Kindern sprechen wir, wenn die Kinder folgende Dinge problemlos schaffen:

- 1. Tauchen. Die Kinder können problemlos vollständig und selbständig untertauchen.*
- 2. Unter Wasser Augen auf. Die Kinder können beim Tauchen die Augen (ohne Schwimmbrille) auflassen, um unter Wasser etwas sehen zu können.*
- 3. Orientierung unter Wasser. Die Kinder können mit den oben beschriebenen offenen Augen sich unter Wasser orientieren und beispielsweise einen Tauchring sehen und aufnehmen.*
- 4. Gleiten in Bauchlage. Die Kinder können in Bauchlage durchs Wasser gleiten und scheuen dabei auch nicht, wenn ihnen Wasser ins Gesicht spritzt.*
- 5. Körperstreckung. Die Kinder können sich beim Gleiten "lang" machen und den Körper strecken.*

Diese Kriterien werden als Wassergewöhnung betrachtet und dienen als wichtige Grundlage für die erfolgreiche Teilnahme an einem Schwimmkurs. Deshalb beginnt unser Anfängerschwimmkurs auch mit der Wassergewöhnung. Nehmen wir nur das, Augen öffnen unter Wasser als Beispiel. Ein Kind, das Angst hat, Wasser in die Augen zu bekommen, wird beim Schwimmen den Kopf senkrecht nach oben in Richtung Decke strecken. Sieht man von der Tatsache ab, dass diese Haltung sehr unbequem ist, so wird dieser überstreckte Kopf verursachen, dass das Kind nicht lang gestreckt im Wasser gleitend schwimmen kann. Statt, dessen hat der Körper eine senkrechte Haltung mit Hohlkreuz im Wasser, die einen effektiven und kräfteschonenden Schwimmstil unmöglich macht.

Wenn ihr Kind die meisten Kriterien erfüllt können Sie Ihr Kind bei uns anmelden.

Vor Beginn des Schwimmkurses führen wir einen Schnuppertag durch bei dem wir uns die Kinder anschauen und mit Ihnen ein paar Übungen machen, um zu beurteilen wie wassergewöhnt die Kinder sind und ob sie am Schwimmkurs teilnehmen können.

Anmeldungen und Anfragen rund um den Schwimmkurs bitte über unsere Jugendbeauftragte

Monika Grieshaber Tel. 07727/928812 Mail: jugend@voehrenbach.dlrg.de

Wichtig! Bitte teilen Sie den Betreuern eventuelle Krankheiten oder Besonderheiten Ihres Kindes mit.

Ihr Kind sollte zu keiner Zeit in den Schwimmunterricht müssen, falls unerwartete Ängste oder ähnliches Auftreten sprechen Sie uns an. Die Kinder sollen ungezwungen und mit Spaß an das Schwimmen herangeführt werden.

Bei Schwierigkeiten oder Ängsten der Kinder halten wir mit Ihnen Rücksprache über das weitere Vorgehen.

Wir trainieren immer Donnerstag`s im Hallenbad Villingen der Schwimmkurs beginnt um 17:00 Uhr am hinteren Eingang bitte pünktlich sein damit wir rechtzeitig beginnen können. Die Eltern helfen Ihren Kindern beim umziehen und übergeben die Kinder am Ausgang der Umkleide zum Hallenbad dort beginnt die Aufsichtspflicht der Betreuer der DLRG.

Die Eltern bleiben während des Schwimmkurses außerhalb des Beckenbereiches.

Um 18:00 Uhr endet der Schwimmkurs und wir übergeben die Kinder am Eingang zur Umkleide dort endet unsere Aufsichtspflicht und die Eltern helfen Ihren Kindern beim Duschen und Umkleiden.

Wichtig! Bitte melden Sie Ihr Kind bei Krankheiten oder anderen Terminen immer ab.

Informationen und Termine finden sich immer aktuell auf unserer Homepage

www.voehrenbach.dlrg.de

dort sind auch die Termine zu finden an denen kein Schwimmkurs stattfindet.

Kurzfristige Änderungen erfolgen zusätzlich per Mailverteiler.

Der Schwimmkurs kostet 100,00€

Der Schwimmkurs besteht aus ca. 15 Übungsabenden und wir trainieren auf das Seepferdchen (Frühschwimmer). Die Kriterien hierfür sind Sprung vom Beckenrand und 25m Schwimmen, heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefen Wasser.

Wenn Ihr Kind zum Ende des Schwimmkurses alle Aufgaben des Frühschwimmers erfüllt hat können wir gegen eine Gebühr von 10,00€ das Seepferdchen Abzeichen inklusive Urkunde überreichen.

Wir sprechen die Eltern zu Ende des Kurses an. Jedes Kind bekommt ein kleines Wassertier zum Ende des Schwimmkurses.

Wenn Ihr Kind das Seepferdchen Abzeichen erreicht hat und große Freude am Schwimmen hat kann es nach Absprache mit den Trainern die Fähigkeiten weiter vertiefen und beim Jugendtraining teilnehmen dies allerdings nur als Mitglied der DLRG Vöhrenbach.

Wenn Sie sich eine Mithilfe oder Unterstützung bei uns der DLRG Vöhrenbach vorstellen können, sprechen Sie uns einfach an wir sind helfenden Händen immer dankbar.

Bei allen Fragen oder Unklarheiten kommen Sie auf uns zu.

DLRG Vöhrenbach

Vorstand