

ELTERNINFORMATION

SCHWIMMKURSE 2018 / 2019

1 ANMELDUNG

- Persönliche oder schriftliche Anmeldung mit dem Formular „Befristete Mitgliedschaft“, telefonisch ist keine Anmeldung möglich!
- dienstags und donnerstags zwischen 18.30 und 19.30 Uhr
- Clubhaus des SSC, Stettiner Str. 2, 76829 Landau, 06341-52469, info@ssclandau.de
- Vorabinformationen unter www.ssclandau.de

2.1 TERMINE ANFÄNGER (SwimStar GRÜN + TÜRKIS + Seepferdchen)

- 19 oder 20 Stunden á 45 Minuten
- jeweils dienstags und donnerstags über einen Zeitraum von mindestens 10 Wochen

Kursgruppe A, Beginn 16.45 Uhr

Kurs A.1	07.08.18 – 30.10.18	SwimStar GRÜN + SwimStar TÜRKIS + Seepferdchen > leider ausgebucht!
Kurs A.2	06.11.18 – 31.01.19	SwimStar GRÜN + SwimStar TÜRKIS + Seepferdchen
Kurs A.3	05.02.19 – 18.04.19	SwimStar GRÜN + SwimStar TÜRKIS + Seepferdchen
Kurs A.4	02.05.19 – 11.07.19	SwimStar GRÜN + SwimStar TÜRKIS + Seepferdchen

Kursgruppe B, Beginn 17.30 Uhr

Kurs B.1	07.08.18 – 30.10.18	SwimStar GRÜN + SwimStar TÜRKIS + Seepferdchen > leider ausgebucht!
Kurs B.2	06.11.18 – 31.01.19	SwimStar GRÜN + SwimStar TÜRKIS + Seepferdchen
Kurs B.3	05.02.19 – 18.04.19	SwimStar GRÜN + SwimStar TÜRKIS + Seepferdchen
Kurs B.4	02.05.19 – 11.07.19	SwimStar GRÜN + SwimStar TÜRKIS + Seepferdchen

2.2 TERMINE FORTGESCHRITTENE (SwimStar BLAU + SEEPFERDCHEN)

- 12 Stunden á 45 Minuten
- jeweils dienstags und donnerstags über einen Zeitraum von mindestens 6 Wochen

Kursgruppe C, Beginn 18.15 Uhr

Kurs C.1	16.08.18 – 27.09.18	SwimStar BLAU + Seepferdchen
Kurs C.2	16.10.18 – 27.11.18	SwimStar BLAU + Seepferdchen
Kurs C.3	29.11.18 – 29.01.19	SwimStar BLAU + Seepferdchen
Kurs C.4	31.01.19 – 21.03.19	SwimStar BLAU + Seepferdchen
Kurs C.5	26.03.19 – 14.05.19	SwimStar BLAU + Seepferdchen
Kurs C.6	16.05.19 – 04.07.19	SwimStar BLAU + Seepferdchen

3 GEBÜHREN

- Die Kursgebühr muss auch für Kinder bezahlt werden, die bereits als Familienmitglied im Verein sind.

Kursgruppe A und B	90,00 €, zzgl. 0,60 € Eintritt (SSC-Tarif) pro Kursstunde
Kursgruppe C	45,00 €, zzgl. 0,60 € Eintritt (SSC-Tarif) pro Kursstunde

4 ERSTER KURSTERMIN



- Treffpunkt ist 15 Minuten vor Beginn im Eingangsbereich des LaOla.
- Die Kinder und deren Eltern/Erziehungsberechtigte werden von einer Trainerin/einem Trainer begrüßt.

5 LEISTUNGEN JE KURS

- Befristete Mitgliedschaft der Kursteilnehmer im SSC Landau. Die Mitgliedschaft erlischt ohne Kündigung nach Beendigung des Kurses.
- Versicherungsleistungen nach den Bestimmungen des aktuellen Sportversicherungsvertrages für Vereine des Sportbundes Pfalz. Der Versicherungsschutz erlischt automatisch nach Ablauf der Frist.

6 INHALTE UND ZIELE

- Die Schwimmabzeichen SwimStar GRÜN, SwimStar TÜRKIS, SwimStar BLAU und SEEPFERDCHEN können bei Erfüllung der Prüfungsanforderungen erreicht werden.

SwimStar GRÜN	SwimStar TÜRKIS	SwimStar BLAU	SEEPFERDCHEN
 <ul style="list-style-type: none"> Wassergewöhnung Wasserbewältigung Prüfungsanforderungen: <ol style="list-style-type: none"> In Bauchlage gleiten (im bauchtiefen Wasser von der Beckenwand weg und zur Beckenwand hin) In Rückenlage gleiten (im bauchtiefen Wasser von der Beckenwand weg und zur Beckenwand hin) Kopf unter Wasser und große Blasen „blubbern“ Aus dem Stand vom Beckenrand Fußsprung ins brusttiefe Wasser Im bauchtiefen Wasser hochspringen und sich auf den Beckenboden hocken 	 <ul style="list-style-type: none"> Wasserbewältigung Schwimmfähigkeit Prüfungsanforderungen: <ol style="list-style-type: none"> Raddampfer (> 3m) Vorschwimm-Form Kraulschwimmen Ruderboot (> 3m) Vorschwimm-Form Rückenschwimmen Hubschrauber (> 3m) Vorschwimm-Form Brustschwimmen Delfinsprünge vorwärts, rückwärts und seitwärts mit kurzen Gleitphasen Nach einem Delfinsprung 3m mit Kraulbeinschlag tauchen 	 <ul style="list-style-type: none"> Kraul und Rücken als Anfangs-Schwimmart Prüfungsanforderungen: <ol style="list-style-type: none"> 5m Kraul schwimmen (Gesicht bleibt noch im Wasser, ohne regelmäßige Atmung) 5m Rücken schwimmen Hechtschießen und mit Brustarmbewegung schwimmen (> 3m) Abfaller vorwärts aus einer Hockposition (Arme in Vorhakte) Hockschwebe in Bauchlage und Ausatmung, Streckschwebe in Bauchlage und Einatmung (3x wiederholen) 	 <ul style="list-style-type: none"> Frühschwimmer-Abzeichen Prüfungsanforderungen: <ol style="list-style-type: none"> 25m schwimmen Sprung vom 1m-Sprungbrett Hochholen eines Tauchringes aus brusttiefem Wasser

7 WEITERE HINWEISE

- Der Freizeitbereich des LaOla darf nicht benutzt werden.
- Die Benutzung der Schwimmbrille wird mit den Kindern eingeübt. Eine passende Schwimmbrille ist mitzubringen.
- Schulpflichtige Kinder sollen sich nach Möglichkeit selbständig umziehen.