



ARBEITER-WASSERSPORT-VEREIN FÜR HAMBURG UND UMGEGEND gegründet 1909 E.V.

Bankverbindung: Hamburger Sparkasse, Kto.-Nr. 1293/120 661, BLZ 200 505 50 • Internet: www.awv09.de

Vorstellung der Grundkursausbildung im Schwimmen 2006 im AWW 09

Ab dem Sommer 2006 planen wir die Umgestaltung unserer Schwimmausbildung im Anfängerbereich.

Von den Änderungen betroffen sind die bisherigen Seepferdchen- und Freischwimmerkurse, die bislang halbjährlich durchgeführt wurden.

Ziel der Grundausbildung ist der angstfreie Aufenthalt im Wasser durch die Grundanpassung der Sinnesorgane an das Wasser und das stufenweise Erlernen der jeweiligen Fertigkeiten im Element Wasser, um später im Breiten- oder Wettkampfsport, Fachsparte Schwimmen, Wasserball, Wasserspringen oder Synchronschwimmen Erfolg haben zu können.

Durch die ganzheitlichere Schwimmgrundausbildung, wird die Grundlage für zukünftige Leistungen der Aktiven gelegt. Die Kinder sollen mit der neu gestalteten Grundausbildung besser darauf vorbereitet werden, die schwierigen Bewegungsabläufe der verschiedenen Schwimmtechniken angstfrei und eigenmotiviert erlernen zu können. Schwerpunkte im Kursverlauf werden Übungen zum Tauchen, Springen, Gleiten, Auftreiben/ Schweben, Lagewechsel und Atmen sein. Das Erlernen der Schwimmtechniken für Brust- und Rückenschwimmen steht im Vordergrund. Die Grundzüge des Kraulschwimmens werden vermittelt. Die teilnehmenden Kinder werden die Schwimtabzeichen Seepferdchen und Freischwimmer ohne Termindruck erwerben können.

Durch zusätzliche Veranstaltungen am Wochenende wollen wir die Gemeinschaft zwischen den Aktiven stärken und die Möglichkeiten schaffen, dass die Kinder an den Veranstaltungen und Fahrten der Hamburger Schwimmjugend und des Jugendausschusses des AWW09 teilnehmen können.

Die neu konzipierte Schwimmgrundausbildung in Kursform soll das erste Mal nach den Sommerferien 2006 beginnen. Geplant sind zwei Anfängerschwimmgruppen mit je 12 Kindern im Alter zwischen fünf bis acht Jahren. Die neue Schwimmgrundausbildung wird ca. 60 Trainingsstunden umfassen. Das Training erfolgt an zwei Tagen in der Woche (dienstags von 17.30 h bis 18.30 h & freitags von 16.00 bis 17.00 h) in der Schwimmhalle Bartholomäusstrasse in Hamburg-Barmbek. Die Kursgebühr beträgt 250,00 Euro je Teilnehmer.

Wenn Sie Interesse an unserer Schwimmgrundausbildung haben, freuen wir uns. Ansprechpartner ist Frau Sylvy Lange, die auch für telefonische Anmeldungen unter Tel. 040/2501808 erreichbar ist.

Für Fragen zur Schwimmausbildung steht Ihnen Herr Andreas Bock Tel. 0176 24049370 gerne jederzeit zur Verfügung.

Andreas Bock

Dirk Freudenberg