

Schwimmen - Über uns

Beigesteuert von Thorsten
Montag, 27. August 2007
Letzte Aktualisierung Montag, 27. August 2007

Anfängerschwimmkurs - Halbschwimmerkurs - Einsteiger-Gruppe - E-Mannschaft - Breitensport - C-Mannschaft - B-Mannschaft - A-Mannschaft - Senioren-Wettkampfmannschaft - Seniorenschwimmen Anfängerschwimmkurs
Kinder ab 5 Jahre lernen bei und unter der Anleitung erfahrener Übungsleiter das Schwimmen. Am Ende des 30-Stunden-Kurses sollen die Kinder das Seepferdchen-Abzeichen erlangen.

Übungszeiten sind 2 x pro Woche Montags und Mittwochs.

Die Gruppen umfassen max. 15 Teilnehmer und werden von mindestens 2 Übungsleitern betreut.

Zur Zeit beträgt die Kursgebühr für Vereinsmitglieder 75,- EUR und für Nichtmitglieder 110,- EUR

Die neuen Kurse beginnen am 10. September 2007. Halbschwimmerkurs

Kinder, die das Seepferdchen-Abzeichen haben, sollen in diesem Kurs das Jugendschwimmabzeichen in Bronze (Freischwimmer) erlangen.

Der Kurs dauert 15 Stunden und findet 1 x pro Woche Montags statt.

Zur Zeit beträgt die Kursgebühr für Vereinsmitglieder bzw. Teilnehmer des Anfängerkurses 60,- EUR und für Nichtmitglieder 75,- EUR

Die neuen Kurse beginnen am 10. September 2007. Anmeldung / Auskünfte

Die Anmeldung zu den obigen Kursen erfolgt über die Geschäftsstelle .

Allgemeine Informationen

Die Kursgebühr beinhaltet eine auf die Zeit des Kurses begrenzte Kurzmitgliedschaft in der Schwimmabteilung. Das bedeutet, daß der Eintritt für die Kinder zu den Kurszeiten frei ist. Eltern können ihren Kindern beim Umziehen helfen, müssen dann jedoch die Schwimmhalle verlassen. Es besteht aber die Möglichkeit, sich im Vorraum der Schwimmhalle aufzuhalten. Für die Dauer des Kurses sind die Kinder im Rahmen ihrer Kurzmitgliedschaft über den Hamburger Sportbund unfallversichert.

Einsteiger-Gruppe

Kinder, die das Jugendschwimmabzeichen in Bronze (Freischwimmer) besitzen, können in dieser Gruppe ihre Fertigkeiten im Wasser erweitern. Hier erlernen Kinder der Altersstufe 5-8 Jahre nicht nur die verschiedenen Schwimmarten, sondern es wird auch Wert auf sicheres Schwimmen über eine längere Strecke gelegt (Kondition). Wir lernen Kraul, Brust und Rückenschwimmen, tauchen, springen aus unterschiedlichen Höhen, Drehungen im Wasser, Rollen, Blasen blubbern und vieles mehr und dies alles kindgerecht verpackt - kurz gesagt, die Wassergewandtheit ist Ziel dieser Gruppe. Die Gruppe wird von zwei Übungsleitern betreut.

Die Trainingszeiten sind derzeit montags und mittwochs von 16.00 Uhr - 17.00 Uhr in der Schwimmhalle Billstedt.

E-Mannschaft

In dieser Gruppe trainieren Jungen und Mädchen im Alter von 7-10 Jahren. Hier findet ein regelmäßiges Training statt.

Folgende Trainingszeiten werden zur Zeit angeboten:

montags 17.00-18.00 Uhr und mittwochs 17.00-18.15 Uhr

und am Freitag findet von 16:15-17:30 Landtraining in der Turnhalle Schöfferstieg statt.

Dort spielen wir Lauf- / Reaktions- / Fang- und Ballspiele, machen Lockerungsgymnastik und haben viel Spaß miteinander. Die E-Mannschaft besucht Wettkämpfe in Hamburg und Umgebung. Neben der Kondition werden auch die vier Schwimmarten Brust, Rücken, Kraul und Delphin verbessert. Dabei kommt der Spaß in und mit der Gruppe nicht zu kurz. Aber auch Freizeitaktivitäten außerhalb des Schwimmens sind im Angebot. Außerdem wird 2 mal im Jahr eine mehrtägige Freizeitfahrt durchgeführt. Die E-Mannschaft wird von 2 Trainern betreut.

Breitensport BS 1

BS steht für Breitensport. Die 1 ist für die Unterteilung in die verschiedenen Altersgruppen, so ist die BS 1- Gruppe für die 10-12 jährigen vorgesehen.

Ziel dieser Gruppe ist es, allen, die Spaß am Schwimmen haben, zweimal die Woche die Chance zu geben, gemeinsam mit gleichaltrigen ihren Lieblingssport auszuführen.

Das Training hat zwar schon zum Ziel die 4 Grundschwimmarten Delfin, Rücken, Brust und Kraul zu vermitteln, sowie die Kondition als auch die Koordination zu fördern, aber dennoch kommen auch andere Sachen wie zum Beispiel kleine Spiele oder auch die Abnahme von Schwimmabzeichen nicht zu kurz.

Desweiteren ist es auch ohne weiteres möglich an Wettkämpfen teilzunehmen, dieses geschieht allerdings nur auf eigenen Wunsch und ist nicht von Zwang. Die Gruppe wird derzeit von Jessica Stahlschmidt und Christian Stehr coached.

Die Trainingszeiten für die Saison 2001/2002 sind wie folgt:

Montags

17:30 - 18:30
19:00 - 20:00
Hamburg, der 06.09.2001

Schwimmhalle Billstedt
Schwimmhalle Billstedt

Donnerstags
Christian Stehr

C-Mannschaft

In der C-Mannschaft üben 11-14-jährige Aktive. Die Trainingszeiten sind: montags 18.00-19.00 Uhr und mittwochs 18.30-20.00 Uhr. Die Verbesserung der Leistungsfähigkeit und der Schwimmtechnik steht auch hier im Vordergrund. Zur Überprüfung werden Wettkämpfe in und um Hamburg angeboten.

B-Mannschaft

Dieses Team absolviert ein Leistungstraining zur Vorbereitung auf Wettkämpfe im Bereich Norddeutschlands. Hier werden talentierte und leistungsbereite Aktive der Altersgruppe 9-13 Jahre trainiert, um in die Hamburger Leistungsspitze vorzustoßen.

Folgende Trainingszeiten stehen dazu zur Verfügung:

montags und mittwochs jeweils 18.00-20.00 Uhr,

freitags 19.30-21.00 Uhr in der Schwimmhalle Douaumontkaserne und freitags in der Turnhalle Schöfferstieg in der Zeit 17.30-19.00 Uhr Trockentraining.

Außerdem finden bei Bedarf zusätzliche Trainingseinheiten statt. Neben dem Schwimmtraining gibt es auch vielseitige Freizeitangebote. Aktive, die den Sprung in die Spitze des Hamburger Schwimmsportes geschafft haben, können dann in den Verbandsgruppen des Hamburger Schwimmverbandes ihr Training fortführen. Die Gruppe wird von 2 Trainern betreut.

A-Mannschaft

Im Spitzenteam der Abteilung trainieren Aktive im Alter von 13-25 Jahren. Die jüngeren Schwimmerinnen und Schwimmer streben in die Hamburger bzw. norddeutsche Spitze, die älteren Athleten sind teilweise Rückkehrer aus den Verbandsgruppen oder aber Aktive, die zwar aus studientechnischen oder beruflichen Gründen nicht mehr in den Bereich der bundesdeutschen Spitze vorstoßen können, jedoch noch immer auf einem sehr hohen Leistungsniveau schwimmen (Platz 1-6 Hamburger 10-Besten-Liste). Die Mannschaft nimmt an Wettkämpfen im norddeutschen Bereich teil. Aktive, die schon das Mastersalter (ab 20 Jahren) erreicht haben, nehmen an Wettkämpfen in der gesamten Bundesrepublik teil. Üblicherweise führt die Mannschaft ein ca. einwöchiges Trainingslager pro Saison durch.

Die Trainingszeiten in der Schwimmhalle der Douaumontkaserne sind montags, mittwochs, donnerstag und freitags von 19:30-21:15 Uhr,

dienstags trainiert die A-Mannschaft in der Schwimmhalle Billstedt von 17:00-19:00 Uhr.

Senioren-Wettkampfmannschaft

Das Seniorenalter im Schwimmen beginnt mit dem 20. Lebensjahr. Die Altersklassen des Mastersschwimmens beginnen mit der AK 20 (=20-24 Jahre) und gehen bis zur AK 95, jeweils in Sprüngen von 5 Jahren Lebensalters (z.B.: AK 25 = 25-29 Jahre). Masterswettkämpfe erfreuen sich zunehmender Beliebtheit, steht neben den Leistungen doch das Zusammentreffen Gleichgesinnter in geselliger und gemütlicher Runde auf gleicher Stufe. In dieser Gruppe wird niemand gezwungen zu trainieren: wer trainieren will trainiert, wer mal eine Pause einlegen möchte, kann dies tun, ohne schief angeschaut zu werden. Außersportliche Aktivitäten sind hier zwar nicht ganz so häufig wie Trainingsangebote, machen aber den Reiz der Gruppe aus.

Trainingszeiten sind in der Schwimmhalle Billstedt:

montags 20.00-21.40 Uhr,

donnerstags 19.50-21.40 Uhr.

In der Vorbereitung auf Meisterschaften können evt. zusätzliche Trainingszeiten angeboten werden. Die Gruppe nimmt an Wettkämpfen im norddeutschen Bereich teil.

Seniorenschwimmen

Für diese Gruppe gilt grundsätzlich das Gleiche wie für die Seniorenwettkampf-Mannschaft, nur nehmen die Gruppenmitglieder nicht an Wettkämpfen teil. Die Trainingszeiten sind parallel zu denen der vorgenannten Gruppe, die Übergänge sind fließend. Im Vordergrund der Motivation steht der Spaß am Schwimmen, dem wohl gesündesten Sport.