

Anmeldung für Seepferdchen, Bronze oder Silber Schwimmkurse

Erziehungsberechtigte:

Name: _____

Vorname: _____

Straße / Hausnummer: _____

PLZ / Ort: _____

Tel: _____

Email: _____

Name des/der Kindes/er _____

Alter des/der Kindes/er _____

Voraussetzungen:

Um einen guten und zielgerichteten Unterricht durchführen zu können, müssen die Kinder in der Lage sein, sich während des Schwimmkurses angstfrei im tieferen Wasser bewegen zu können. Schwimmbewegungen sollten weitestgehend richtig durchgeführt werden können. Auch das Schwimmen ohne Schwimmbrille darf kein Problem darstellen.

Anmeldung für welches Abzeichen: ___ Seepferdchen ___ Bronze ___ Silber

Mindestalter ab 6 Jahre

Mitzubringen sind:

- Schwimmbrille
- Handtuch / Duschzeug
- Badelatschen
- Nachweis des jeweils vorangegangenen Abzeichens. Bei Seepferdchen ist der Nachweis eines Schwimmkurses vorzulegen.

Zeiten: Sonntags von 13:00 – 13:50 Uhr in der Schwimmhalle oben!

Kursbeginn: auf Anfrage

Für den Schwimmkurs treffen wir uns 12:45 Uhr am Haupteingang des Bades. Dort erhalten sie von mir Zutrittskarten und eine Bistrokarte, die ihnen den Zutritt zum Bistro, während des Schwimmkurses, gewährt. Umkleidemöglichkeiten befinden sich oben. Dort befinden sich ebenfalls die Duschköglichkeiten. Nehmen sie hier einen Schrank und verschließen sie ihre persönlichen Sachen. Für den Schrank benötigen sie eine 1€ oder 2€ Münze. Zum Kursende bringe ich die Kinder zum Bistro.

Der Kurs kommt zu Stande bei einer Mindestzahl von 5 Kindern, Maximalteilnehmerzahl 8 Kinder.

Datum; Unterschrift _____

Kontodaten: Helos Vip Diving

VBRB Itzehoe IBAN: DE85 2019 0109 0000 8784 01

Zweck: Schwimmkurs und Name des Kindes

Betrag: 185 €

Anmeldung ausgefüllt und unterschrieben an info@helos-vip-diving.de

Seepferdchen-Abzeichen: Was sind die Anforderungen?

- Sprung vom Beckenrand mit anschließendem 25 m Schwimmen in einer Schwimmart in Bauch- oder Rückenlage
- Während des Schwimmens in Bauchlage muss erkennbar ins Wasser ausgeatmet werden
- Heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schulertiefem Wasser
- Kenntnis von Baderegeln

Was muss man bei Bronze machen?

- Ca. 2 m Tieftauchen mit Heraufholen eines Gegenstandes.
- Paketsprung vom Startblock oder 1 m-Brett. Beim Paketsprung umfasst der Prüfling beim Springen seine angewinkelten Beine, nimmt also eine kompakte Haltung an, die an ein Paket erinnert.
- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten schwimmen, dabei mindestens 200 m zurücklegen.
- Von den 200 m sind 150 m in Bauch- oder Rückenlage zu schwimmen und 50 m in der anderen Körperlage.
- Kenntnis von Baderegeln

Was muss man bei Silber machen?

- Zweimal ca. 2 m Tieftauchen mit Heraufholen je eines Gegenstandes
- 10 m Streckentauchen (mit Abstoßen vom Beckenrand)
- Ein Sprung aus 3 m Höhe oder zwei verschiedene Sprünge aus 1 m Höhe
- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 20 Minuten schwimmen, dabei mindestens 400 m zurücklegen
- Von den 400 m sind 300 m in Bauch- oder Rückenlage zu schwimmen und 100 m in der anderen Körperlage
- Kenntnisse von Baderegeln und Verhalten zur Selbstrettung