



Erster Sodener Schwimm-Club 1927 e.V.

Clubhaus Kelkheimer Str.72
65812 Bad Soden am Taunus

Postfach 1101
65796 Bad Soden am Taunus

Liebe Kinder und liebe Eltern,

Euer Kind schwimmt jetzt in der Leistungsgruppe Schwimmen (LG 1 bis LG 4) mit Pflichtteilnahme an Wettkämpfen. Trainingsinhalte sind neben der Verbesserung der Technik auch die der konditionellen Fähigkeiten. Dieses lässt sich nur durch eine wirklich regelmäßige Teilnahme erreichen. Bei unregelmäßiger Teilnahme stellen sich nur unzureichende Ergebnisse auf Wettkämpfen ein. Bei mangelnder Trainingsanwesenheit erfolgt eine Abstufung bzw. die Teilnahme am Training ist nicht mehr möglich.

Die Trainingsteilnahme gliedert sich wie folgt auf:

LG 4: **PFLICHT: 2maliges Wassertraining und 1mal Athletiktraining (fakultativ, empfehlen wir aber)**

LG 3: **PFLICHT: mindestens 2-3maliges Wassertraining und 1mal Athletiktraining**

LG 2: **PFLICHT: mindestens 2-3maliges Wassertraining und mind. 1mal Athletiktraining**

LG 1/LG 1 N: **PFLICHT: mindestens 3-5maliges Wassertraining und 2mal Athletikeinheiten**

Wenn an einem Tag nicht am Training teilgenommen werden kann, soll dies – wenn möglich - an einem anderen Tag nachgeholt werden.

Absagen bitte immer per E-Mail an den jeweiligen Trainer richten!

Für Fragen stehen wir Euch gerne zur Verfügung.

Mit sportlichen Grüßen

Frank, Lukas, Sarah, Christian und Sigi

Trainer	Handy	E-mail
Frank Bender	0173-6620067	schwimmsport@essc-online.de
Lukas Müller	0176-23377580	lukasmueller.bayern@googlemail.com
Sarah Homolla	0151-23636375	sarah.sodenersc@gmx.de
Christian Neuerburg	01525-4505405	christian.neuerburg@googlemail.com
Sigi Kleemann		sigi007@web.de

Liebe Eltern, liebe Schwimmkinder, bitte beachtet ein paar Regeln für das Training!

- Damit wir mit dem Training pünktlich beginnen können, sollen die Kinder 5-10 Minuten vor Trainingsbeginn im Schwimmbad sein.
- Kinder müssen sich selbständig umziehen können. Ein Betreten der Umkleiden ist generell möglich, jedoch bitten wir Sie dies nur in Ausnahmefällen zu tun. Die Kinder sollen sich eigenverantwortlich umziehen.
- Beginn und Ende der Schwimmstunde für alle Gruppen ist jeweils am Beckenrand.
- Die Kinder sollen passende Schwimmbekleidung tragen. Dazu gehören Schwimmanzug bzw. Schwimmhose, Schwimmkappe (im Freibad Pflicht für alle und bei Mädchen mit langen Haaren!) und eine Schwimmbrille. Badeshorts sind keine geeignete Schwimmbekleidung.
- Das Tragen von Ohrringen, Ketten, Armbändern, Ringen, Uhren u.ä. ist untersagt genauso wie der Verzehr Essen oder Kaugummis während des Schwimmtrainings.
- „Schwimmen lernt man nur durch Schwimmen“ - getreu diesem Motto bitten wir um regelmäßige Teilnahme am Schwimmtraining. Kinder, die oft fehlen oder unregelmäßig kommen, machen keine Fortschritte und verlieren bald den Anschluss an die Gruppe.
- Wir als Trainer geben uns große Mühe das Training abwechslungsreich, spielerisch und alters- / leistungsgerecht zu gestalten. Diese Tätigkeit üben wir nebenberuflich und in unserer Freizeit aus, weil wir Spaß am Sport und am Lehren haben. Alle Kinder werden von uns mit Respekt und Höflichkeit behandelt. Motivation, Aufforderung und Überzeugung zum Schwimmen führen wir nur bis zu einem gewissen Grad aus. Genauso obliegt es uns als Trainer nicht, Erziehungsarbeit mit den Kindern zu leisten.
- Bei häufiger Abwesenheit oder Störung des Schwimmtrainings, werden wir ein Gespräch mit Ihnen suchen, um zu klären, ob eine weitere sportliche Betätigung in der Gruppe noch sinnvoll ist.
- Kranke Kinder dürfen nicht am Schwimmtraining und selbstverständlich auch nicht an Wettkämpfen teilnehmen. Als Krankheit gilt auch eine Erkältung mit Schnupfen und Husten. Das Gleiche gilt für Kinder mit offenen und verschorften Wunden. Die Wunden müssen erst vollständig abgeheilt sein, bevor die Teilnahme am Schwimmen wieder möglich ist.

© 2019