

## Informationsüberblick

In dem die Kinder schwimmen lernen, erobern sie sich einen neuen Bewegungsraum, der unzählige Vorteile mit sich bringt. Sie lernen nicht nur neue Bewegungen und Fertigkeiten in einem neuen Element, das die Schwerkraft scheinbar außer Kraft setzt, sondern setzen sich einer Vielzahl von Entwicklungsreizen aus. Ihr Herz-Kreislauf-System, wie auch ihr Immunsystem werden gestärkt, ihre Lungen- und Körpermuskulatur werden gekräftigt sowie koordinative und konditionelle Fähigkeiten angesprochen. Außerdem ist das Seepferdchen die erste Hürde um eine beliebige Schwimm- oder Wassersportart betreiben zu können, wie Schwimmen, Wasserball, Springen, Rudern, Kanu, Segeln... Hinzu kommt, dass Ihre Kinder mehr Selbstvertrauen gewinnen, welches mit dem wachsenden Können und Wissen einhergeht.

Ziel: Fröhschwimmerzeugnis - „Seepferdchen“

Inhalt: Brustschwimmen (25m ohne Pause, ordentliche Brust-Technik)  
Springen (fußwärts vom Startblock)  
Tauchen (Heraufholen eines Tauchgegenstandes an der Leitstange)

Mit bestandenem „Seepferdchen“ erhalten die Kinder ihr Fröhschwimmerzeugnis, eine Badekappe „SSV Leutzsch“, ein Handtuch und einen Schwimmbeutel.

Seien Sie sich bewusst, dass Ihre Kinder noch lange keine sicheren Schwimmer sind, nur weil diese die Fröhschwimmer-Anforderungen bewältigen können. Mit den gelernten Fertigkeiten haben sie sich lediglich Wassersicherheit und die Fähigkeit erworben, sich über eine gewisse Strecke über Wasser halten zu können.

Um einen erfolgreichen Lernerfolg zu gewährleisten ist ein eigenständiges Üben unerlässlich. Zur Orientierung erhalten Sie ein Übungsblatt mit der Brustbein-Technik für Trockenübungen und für zusätzlich private Schwimmbadbesuche. Des Weiteren sollte sich mit dem Tauchen und dem Atmen regelmäßig auseinander gesetzt werden.

Mitzubringen sind Badekappe (mit Name des Kindes auf der Stirnseite), Badeschuhe und ein großes Handtuch oder Bademantel.

Der Schwimmkurs für die Schwimmanfänger findet einmal wöchentlich statt und umfasst 12 Lehreinheiten. Die Kosten für den Kurs inkl. der Aufnahmegebühr (115,-€) sind auf folgendes Konto zu überweisen.

IBAN: DE30 8608 0000 0746 6018 00, Commerzbank  
Verwendungszweck: **SLK, Name+Vorname des Kindes.**

Der Aufnahmeantrag ist spätestens in der zweiten Übungseinheit vorzulegen.  
Verpasste bzw. nicht wahrgenommene Stunden können aus organisatorischen Gründen nicht nachgeholt werden.

Viel Spaß und viel Erfolg.

SSV Leutzsch e.V.  
Hans-Driesch-Str. 40  
04179 Leipzig

