



Sehr geehrte Eltern, Liebe Kinder!

Wien, im August 2004

Wissenschaftliche Untersuchungen weisen darauf hin, dass die gesunde Entwicklung unserer Kinder massiv gefährdet ist. So wurde in der Zeitschrift für Sportmedizin 1997 festgestellt, dass von den Kindern ca. 60% Haltungsschwächen bzw. -fehler, 40% organische Leistungsschwächen, 40% Konzentrationsschwächen, 35% Koordinationsschwächen, 20-25% einen leistungsschwachen Kreislauf und 20 % Übergewicht aufweisen.

Der "moderne" Lebensstil mit einer **drastischen Einschränkung der Bewegungswelt** und einem veränderten Freizeitverhalten sind hier als eine Hauptursache zu sehen. Kinder verbringen heute nicht mehr den größten Teil ihrer Freizeit bei Sport und Spiel im Freien, sondern sitzen sehr viel vor dem Fernseher oder Computer. Daneben tragen Faktoren wie eine falsche Ernährung, Umwelteinflüsse oder eine stressige Lebensweise zu diesem alarmierenden Zustand bei. Bei Jugendlichen können fehlende Bewegungszeiten im Sinne der körperlichen Belastung die Aggressivität und Gewaltbereitschaft erhöhen. Hinzu kommen manchmal in dieser Altersgruppe noch Probleme im Zusammenhang mit dem Missbrauch von Alkohol, Nikotin und Drogen.

Ein Teil der oben genannten Schädigungen gehört in die Hände von Spezialisten wie Ärzten, Therapeuten und anderem medizinischen Personal. Bei einem Großteil ließen sich jedoch die beschriebenen Zustände durch mehr Bewegung, insbesondere durch Sport, verhindern bzw. beseitigen, da **Sport eines der wirkungsvollsten Mittel für eine gesunde physische und psychische Entwicklung junger Menschen** ist.

Daher ist es das **Ziel des Ersten Wiener Donau Schwimm Clubs 1903**, die Schülerinnen und Schüler in Wien an den Schwimmsport heranzuführen, Interessen zu wecken und sie zum regelmäßigen Sporttreiben in der Freizeit im Schwimmverein zu motivieren.

Das **Angebot ist Schwimmsport** in jeder Form:

- Wassergewöhnung und Anfängerkurse
- Breitensport Schwimmen (für Jugendliche und Erwachsene)
- Schwimmsport leistungsorientiert
- Triathlon
- Wasserball

Hausaufgaben in Deutsch, Mathematik oder anderen Fächern gehören zum Schulalltag der Kinder. Warum sollte die für die gesunde Entwicklung der Kinder so wichtige Hausaufgabe "Sporttreiben" nicht auch zur Selbstverständlichkeit werden?

Der Erste Wiener Donau Schwimm Club 1903 bietet vielseitige Möglichkeiten zum Sporttreiben – Sport im Wasser, egal ob Wassergewöhnung, Breitensport Schwimmen, Schwimmsport als Leistungssport, Triathlon oder Wasserball.

Wenden Sie sich an uns vor Ort jeden Montag um 16.30 im Floridsdorferbad und jeder Dienstag um 17 Uhr bzw. jeden Donnerstag um 19 Uhr im Jörgerbad!

Weitere Auskünfte auch per Mail an mr.o@a1.net oder liselotte.lesek@chello.at

**KINDER UND JUGENDLICHE BRAUCHEN DEN SPORT
–aber auch eure Eltern brauchen ihn!!**

Der Sport leistet in vielfältiger Weise einen wertvollen Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung von jungen Menschen:

- Sport trägt zur Gesunderhaltung der Kinder und Jugendlichen bei.
- Schwimmsport ist der perfekte Ausdauersport mit hohen koordinativen Ansprüchen – in Kombination mit Wasserball dann als Spiel- und Team sport
- Sport fördert in hohem Maße die Entwicklung der Gemeinschaftsfähigkeit wie: Fairness, Teamgeist, Hilfsbereitschaft und Rücksichtnahme.
- Sport eignet sich hervorragend zur Integration von benachteiligten Kindern und Jugendlichen.
- Sport vermindert durch die Stärkung des Selbstwertgefühles und des sozialen Eingebundenseins die Gefahr des Einstiegs in den Suchtbereich und schränkt Aggressivität und Gewaltbereitschaft ein.



Der **Vereinssport** des **Ersten Wiener Donau Schwimm Clubs 1903** umfasst insbesondere folgende Leistungen:

- Im Sportverein können Erwachsene, ihre Kinder und Jugendliche ihren individuellen sportlichen Neigungen und Interessen im Wasser nachgehen.
- In unserem Verein besteht die Möglichkeit am täglichen Spiel-, Trainings- und Wettkampfbetrieb teilzunehmen.
- Individuelle Leistungs- und Trainingsgruppen bieten über die ganze Woche mit ausgebildeten Lehrwarten und Trainern das großartige Übungsangebot.
- Hochtalentierte Kinder und Jugendliche erhalten über den Ersten Wiener Donau Schwimm Club 1903 die Möglichkeit, Spitzenleistungen zu erreichen.
- Das einzigartige Clubhaus auf der Alten Donau.
- Homepage mit aktuellen Informationen über den Trainings-, Wettkampfbetrieb und vieles mehr unter www.sc-donau.at

Deshalb sollten gerade Sie - die Eltern - zielgerichtet mithelfen ihren Kindern und Jugendlichen das Interesse für den Sport zu wecken und sie zum regelmäßigen Schwimmsport zu motivieren.

Der Erste Wiener Donau Schwimm Club 1903 (www.sc-donau.at) bietet vielseitige Möglichkeiten zum Sporttreiben – Sport im Wasser, egal ob Wassergewöhnung, Breitensport Schwimmen, Schwimmsport als Leistungssport, Triathlon und Wasserball. Wenden Sie sich an uns vor Ort jeden *Montag um 16.30 im Floridsdorferbad, jeden Dienstag um 17 Uhr im Jörgerbad bzw. Donnerstag um 19 Uhr im Jörgerbad!!*

Weitere Auskünfte auch per Mail an mr.o@a1.net oder liselotte.lesek@chello.at