ERSTER WIENER
DONAU SCHWIMM CLUB 1903

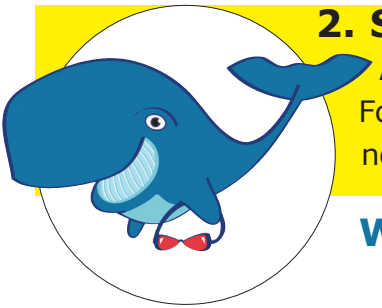
präsentiert die

Kinder-schwimmschule

1. Stufe

Anfänger-Kurs

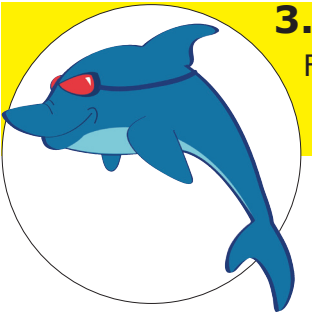
Frösche



2. Stufe

Anfänger-Fortgeschritte-nen-Kurs

Wale



3. Stufe

Fortgeschrittenen-Kurs

Delphine

Kursdauer

➔ Jeder Kurs besteht aus 10 Einheiten, die jeweils ca. 50 Minuten dauern.
In seltenen Fällen muss eine Stunde wegen einer Bädersperre abgesagt werden. Dies liegt nicht in unserem Ermessen. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Kursbeitrag

➔ **Der Kursbeitrag beträgt € 130,–.**
Darin inkludiert sind die Eintrittskosten für das Kurskind in das Bad.

Kursalter

➔ Ab 4 Jahren

Kein Kind gleicht dem anderen und daher kommt es meistens anders als erwartet. Unsere Erfahrung zeigt, dass unsere Methodik sehr erfolgreich ist und die meisten Kinder nach absolviertem Kurs, egal ob Frosch-, Wal- oder Delphin-Kurs, die gestellten Ziele erreichen.

TrainerInnen

➔ Unsere TrainerInnen haben langjährige Erfahrung im Umgang mit Kindern und sind fachspezifisch ausgebildet.
Alle TrainerInnen unterrichten nach dem
dreistufigen Anfänger System des
ERSTEN WIENER DONAU SCHWIMMCLUB 1903.

➔ Dieses beruht auf den neuesten Erkenntnissen der Sportwissenschaft, Trainingslehre und der Schwimmethodik.

Gruppengröße

➔ Der Unterricht findet in Kleingruppen statt.

Eltern

➔ Die ELTERN sind beim Schwimmunterricht NICHT direkt anwesend! Aus dem einfachen Grund, um die Kinder nicht abzulenken. Wie in der Schule oder im Kindergarten richtet sich somit die Aufmerksamkeit alleine auf die bevorstehende Aufgabe und nicht auf die Mama, den Papa, die Oma, den Opa …

Fotos

➔ Während des Kurses werden Fotos von Ihrem Kind/Ihren Kindern gemacht. Sollten sie damit nicht einverstanden sein, wenden Sie sich bitte an Frau Mag. Miriam Lichtel.

Gesundheitsüberprüfung

➔ Eine Überprüfung des Gesundheitszustandes Ihrer Kinder ist unbedingt notwendig. Wir setzen voraus, dass dies geschieht und jedes Kind über ein ärztliches Attest verfügt um am Schwimmkurs teilnehmen zu dürfen.

Kontakt

➔ Bei Fragen steht Ihnen Frau Mag. Miriam Lichtel gerne zur Verfügung!

Mobil: 0680/24 32 823
E-Mail: donau.kinderschwimmschule@gmail.com

Anmeldung und Zahlungsmodalitäten

1. Voranmeldung
Kontakt mit Frau Mag. Miriam Lichtel aufnehmen (per Telefon oder E-Mail) und ihr Kind mittels Anmeldeformular voranmelden.
Sie erhalten eine Bestätigung.

2. Fixplatz
Mit der Bezahlung des Kursbeitrages innerhalb einer Woche nach Bestätigung der Voranmeldung ist/sind Ihr(e) Kind(er) fix angemeldet! Sollte keine Einzahlung innerhalb einer Woche erfolgen ist auch die Voranmeldung nicht mehr gültig und es besteht kein Kursanspruch!

Eine Einzahlung des Kursbeitrages ohne Voranmeldung kann nicht zugeordnet werden. Es besteht daher kein Anspruch auf einen Fixplatz.

Konto des EW DONAU SC 1903:

Bank:	Bank Austria
Konto Nr.:	414 015 909
BLZ:	12 000

Bitte unbedingt bei der Einzahlung unter „Verwendungszweck" angeben:
„Kursgebühr DONAU", Vor- und Nachname sowie Geburtsdatum ihres Kindes.

Allgemeine Bestimmungen

➔ Sollte Ihr Kind/Ihre Kinder an einzelnen Kursstunden nicht teilnehmen (Zeitprobleme, andere Termine, Krankheit,...) können diese Stunden nicht rückerstattet werden.

Austritt: Bestimmungen

➔ Der Austritt aus dem Kurs ist **bis zur zweiten Kursstunde** möglich. Sie erhalten 100 € rückvergütet.
30 € werden als Verwaltungsaufwand einbehalten.

Ablauf & Bäder und ihre Gegebenheiten

➔ Im **Jörgerbad** ist von 17 bis 18 Uhr laut Badeordnung der Aufenthalt im 1. Stock nur gegen eine Gebühr möglich. Diese ist an der Badekassa zu entrichten. Es ist bis 18 Uhr Publikumsbetrieb. Ab 18 Uhr ist der Aufenthalt für Eltern im 1. Stock des Bades gratis möglich.

Ablauf: Die Eltern helfen den Kindern beim Umziehen und übergeben ihr(e) Kind(er) an die TainerInnen. Am Ende der Stunde wird(werden) den Eltern wieder ihr(e) Schützling(e) übergeben.

➔ Im **Floridsdorferbad** können die Frösche bzw. Wale durch eine Glaswand beobachtet werden. Teilweise werden die Wale schon im großen Becken trainiert und eine Beobachtung ist somit nicht mehr möglich. Da die Delphine ausschließlich im großen Becken trainieren, können auch hier die Kinder nicht beobachtet werden.

Ablauf: FRÖSCHE und WALE ziehen sich in der Kinderschwimmhallen-Garderobe um. Übergabe der Kinder: Kinderschwimmbecken.
Die DELPHINE in der normalen Bad-Garderobe.
Übergabe der Kinder: In der Sportschwimmhalle.
Durchgang durch die Kinderschwimmhalle nicht möglich!

Urkunde

➔ Jedes Kind erhält nach Abschluss des Kurses, je nach Könnensstufe, das Frosch-, Wal- oder Delphinabzeichen, in Form einer Urkunde.

Empfehlungen zur Vorbereitung auf den Frosch-Kurs

WICHTIG:
Bitte den Kindern eine Schwimmbrille besorgen.
Schwimmbrillen sind auch über den Verein erhältlich.
Die Schwimmbrille sollte
1. verstellbar sein,
2. ein weißes Glas haben,
3. nicht anlaufen und
4. 2 Bänder aufweisen.

➔ Brille zu Hause anpassen und in der Badewanne, unter der Dusche oder im Waschbecken ausprobieren.
➔ Aufsetzen der Brille zu Hause üben. Das Kind soll sich die Brille mühelos aufsetzen können.
Dies erfordert Übung!

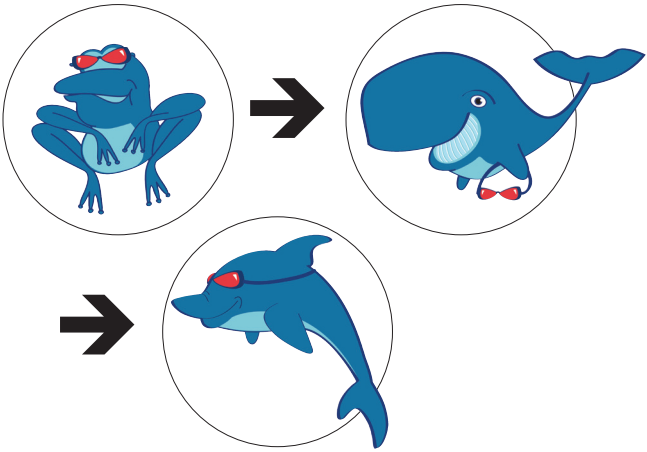
Bitte die Kinder bereits zu Hause an das Element Wasser gewöhnen! Hierzu ein paar Übungen:

➔ gesamtes Gesicht mit Wasser benetzen.
Ziel: Augen offen lassen (mit und ohne Brille)
➔ Wechselduschen: Warm, lauwarm, kalt,...
WICHTIG: Der Kopf muss unter dem Wasserstrahl der Dusche sein und nass werden;
Ziel: Augen geöffnet halten (mit und ohne Brille)
➔ Augen unter der Dusche, in der Badewanne und/oder im Waschbecken öffnen und die Unterwasserwelt kennenlernen (mit und ohne Brille)
➔ Wasser in Badewanne und/oder Waschbecken einlassen. Gesamtes Gesicht in das Wasser eintauchen und ausatmen. Anweisung „so viele Luftblasen wie möglich durch den Mund in das Wasser blasen"
Ziel: ein paar Mal unter Wasser ausatmen

Diese Übungen können Sie leicht und spielerisch täglich in die Morgen- und Abendpflege einbauen. Ihr Kind wird es Ihnen, in Hinsicht auf den bevorstehenden Kurs, danken.

Üben

Bitte bedenken Sie, dass Schwimmen, genauso wie jeder andere Sport, nur durch regelmäßiges Üben erlernt und verbessert werden kann. Nützen Sie jede Gelegenheit, um Ihrem Kind das neue Element Wasser näherzubringen bzw. im forgeschittenem Stadium dem Kind zusätzliche Übungsstunden im Bad zu bieten.



Frösche - Der Anfänger-Kurs beinhaltet 2 Ziele:
• Einerseits die Wassergewöhnung. Das Vertrautmachen mit dem Medium Wasser. Ängste werden abgebaut und Freude, wie sie beim Spielen entfaltet wird, entsteht.
• Andererseits die Wasserbewältigung. Es soll eine erste selbstständige, unspezifische Fortbewegung im Element Wasser vollzogen werden können.
Z.B.: Laufen, Gleiten, Springen, Tauchen, Schwimmen mit und ohne Hilfsmittel (Brett, Wassernudel, ...)
Gegen Ende des Frosch-Kurses sollen bereits einzelne Bewegungsabläufe von mehreren Schwimmlagen (z.B. Brust-, Kraul oder Rückenbeine) beherrscht werden.

Wale - Im Fortgeschrittenen-Kurs unserer Wale steht das Erlernen der Schwimmlagen Brust, Kraul und Rücken in Grobform im Vordergrund. Natürlich legen wir auch einen Schwerpunkt auf die sehr wichtigen Eigenschaften Tauchen, Springen und die Verfeinerung der Wasserlage.

Delphine - Im Meister-Kurs unserer Delphine werden die Lagen Brust, Kraul und Rücken technisch verfeinert. In dieser Stufe erfolgt bereits parallel zur Technikschulung, eine Kraft- und Ausdauerschulung. Nach „bestandenem" Meisterkurs sind die Delphine vorbereitet, um mit dem Training von Wassersport, wie Schwimmen, Wasserball, Synchronschwimmen, Wasserspringen, … zu beginnen.

Wir bitten Sie zu beachten, dass es vorkommt, dass Kinder einen Kurs „wiederholen" müssen. Vorallem jüngere Kinder haben eine kürzere Aufmerksamkeitsspanne. Aber auch Faktoren wie Angst, Mut, koordinative Fähigkeiten, Wassergefühl, usw. beeinflussen den Lernprozess. Lassen Sie ihrem Kind bitte die Zeit, die es benötigt, um die Kursziele zu erreichen! Unsere TrainerInnen sind Fachleute die dies genau beurteilen und die richtige Entscheidung im Sinne Ihrer Kinder treffen!