

# „Schwimmschule TFF-Sporties“



## Schwimmkurse für Kinder ab Januar 2020 (Winterkurse 2020)

### Kursübersicht

<b>Anfänger 2</b>	<b>Seepferdchen 1 Seepferdchen 2</b>	<b>Bronze 1 Bronze 2</b>	<b>Silber</b>	<b>Techniktraining für Triathlon-Kids</b>
Mittwochs 14:00-15:00 Uhr Nichtschwimmerbecken Hallenbad Feuerbach	Mittwochs 15:00-16:00 Uhr Mehrzweckbecken Hallenbad Feuerbach	Mittwochs 16:00-17:00 Uhr Mehrzweckbecken Hallenbad Feuerbach	Mittwochs 17:00-18:00 Uhr Mehrzweckbecken Hallenbad Feuerbach	Mittwochs 18:00-19:00 Uhr Mehrzweckbecken Hallenbad Feuerbach

### Kursbeschreibungen

#### **Schwimmkurs „Anfänger 2“**

Tag/Uhrzeit: Mittwoch, 14-15 Uhr      Ort: Hallenbad Feuerbach | Nichtschwimmerbecken

Kurstermine – Winterblock (Jan.-Apr. 2020): 08.01., 15.01., 22.01., 29.01., 05.02., 12.02., 19.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03., 01.04., (+ Prüfungstermin)

Kurskosten pro Schwimmkursblock „Anfänger 2“:

- Für TFF-Mitglieder: 130 € Kursbeitrag (+ 60 € TFF-Jahresmitgliedsbeitrag)
- Für Nichtmitglieder: 170 € Kursbeitrag

Teilnehmeranzahl: maximal 12-14 Kinder (2 Lehrkräfte + 1-2 Helfer)

Voraussetzungen für eine Teilnahme: Die Kinder können sich bereits mit diversen Auftriebshilfen (Schwimmgürtel, Schwimmmudel, Schwimmbrett) und einfachen Schwimmbewegungen (kreisen und paddeln) frei im Wasser fortbewegen.

Kursziele: Verbesserung des Gleitens an der Wasseroberfläche, des Schwimmens in der Brustlage (insbesondere des Schwimmens in der Brustschwimmtechnik), des Untertauchens sowie des sicheren Springens ins Wasser. Die Auftriebshilfen werden im Verlauf des Kurses nach und nach reduziert.

#### **Schwimmkurs „Seepferdchen 1 und 2“**

Tag/Uhrzeit: Mittwoch, 15-16 Uhr      Ort: Hallenbad Feuerbach | Mehrzweckbecken

Kurstermine – Winterblock (Jan.-Apr. 2020): 08.01., 15.01., 22.01., 29.01., 05.02., 12.02., 19.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03., 01.04., (+ Abzeichen-Prüfungstermin)

Kurskosten pro Schwimmkursblock „Seepferdchen 1 und 2“:

- Für TFF-Mitglieder: 130 € Kursbeitrag (+ 60 € TFF-Jahresmitgliedsbeitrag)
- Für Nichtmitglieder: 170 € Kursbeitrag

Teilnehmeranzahl: pro Gruppe maximal 6-8 Kinder (pro Gruppe je 1 Lehrkraft + 1-2 Helfer)

Voraussetzungen für eine Teilnahme: Die Kinder können sich bereits mit geringen/ohne Auftriebshilfen und mit einfachen Schwimmbewegungen (insbesondere der Brustschwimmtechnik) kurze Strecken über Wasser halten und fortbewegen.

Kursziele: Heranführung an die Anforderungen des Seepferdchen-Abzeichens: Verbesserung der Wasserlage, des Gleitens, des Brustschwimmens über größer werdende Distanzen (bis 25 m), des Abtauchens und Springens vom Beckenrand.

## **Schwimmkurs „Bronze 1 und 2“**

Tag/Uhrzeit: Mittwoch, 16-17 Uhr      Ort: Hallenbad Feuerbach | Mehrzweckbecken

Kurstermine – Winterblock (Jan.-Apr. 2020): 08.01., 15.01., 22.01., 29.01., 05.02., 12.02., 19.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03., 01.04., (+ Abzeichen-Prüfungstermin)

Kurskosten pro Schwimmkursblock „Bronze 1 und 2“:

- Für TFF-Mitglieder: 130 € Kursbeitrag (+ 60 € TFF-Jahresmitgliedsbeitrag)
- Für Nichtmitglieder: 170 € Kursbeitrag

Teilnehmeranzahl: pro Gruppe maximal 8-12 Kinder (pro Gruppe je 1 Lehrkraft + 1 Helfer)

Voraussetzungen für eine Teilnahme: Seepferdchen-Abzeichen

Kursziele: Heranführung an die Anforderungen des Jugendschwimmabzeichens „Bronze“: Verbesserung der Wasserlage, des Gleitens, des Brustschwimmens über längere Distanzen (bis zu 200 m), des Tauchens (bis zu 2 m Tiefe) und Springens (aus bis zu 1 m Höhe). Zusätzlich: Einführung ins Rückenschwimmen.

## **Schwimmkurs „Silber“**

Tag/Uhrzeit: Mittwoch, 17-18 Uhr      Ort: Hallenbad Feuerbach | Mehrzweckbecken

Kurstermine – Winterblock (Jan.-Apr. 2020): 08.01., 15.01., 22.01., 29.01., 05.02., 12.02., 19.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03., 01.04., (+ Abzeichen-Prüfungstermin)

Kurskosten pro Schwimmkursblock „Silber“:

- Für TFF-Mitglieder: 130 € Kursbeitrag (+ 60 € TFF-Jahresmitgliedsbeitrag)
- Für Nichtmitglieder: 170 € Kursbeitrag

Teilnehmeranzahl: maximal 12 Kinder (2 Lehrkräfte + 1 Helfer)

Voraussetzungen für eine Teilnahme: Bronze-Abzeichen

Kursziele: Heranführung an die Anforderungen des Jugendschwimmabzeichens „Silber“: Verbesserung der Wasserlage, des Gleitens, des Brust- und Rückenschwimmens über längere Distanzen (bis zu 300 m Brust und 100 m Rücken), des Tauchens (bis zu 2 m Tiefe und bis zu 10 m Weite) und Springens (aus bis zu 3 m Höhe). Zusätzlich: Einführung ins Kraulschwimmen.

## **Schwimmkurs „Techniktraining für Triathlon-Kids“**

Tag/Uhrzeit: Mittwoch, 18-19 Uhr      Ort: Hallenbad Feuerbach | Mehrzweckbecken

Kurstermine – Winterblock (Jan.-Apr. 2020): 08.01., 15.01., 22.01., 29.01., 05.02., 12.02., 19.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03., 01.04., (+ Abzeichen-Prüfungstermin)

Kurskosten pro Schwimmkursblock „Techniktraining für Triathlon-Kids“:

- Nur für TFF-Mitglieder: 60 € Kursbeitrag (+ 60 € TFF-Jahresmitgliedsbeitrag)

Teilnehmeranzahl: maximal 14 Kinder (2 Lehrkräfte + 1 Helfer)

Voraussetzungen für eine Teilnahme: Silber-Abzeichen

Kursziele: Verbesserung der Wasserlage, des Gleitens in Brust- und Rückenlage, des Brust-, Rücken- und Kraulschwimmens über lange Distanzen (bis zu 600 m), des schnellen Brust-, Rücken- und Kraulschwimmens über kurze Distanzen (bis 50 m), des Tieftauchens (mehrmals bis zu 2 m) und Streckentauchens (bis zu 15 m) sowie Springens (vom Startblock und aus bis zu 3 m Höhe). Zusätzlich: Einführung ins Schmetterling- und Delfinschwimmen.