

# SCHWIMM- KURSE

## UNSER ANGEBOT

...weil  
Sicherheit  
so wichtig  
ist.



Die DRK Wasserwacht bietet seit vielen Jahren Schwimmkurse für Groß & Klein an, denn wir stellen immer wieder fest, dass unsere Kinder nicht ausreichend sicher schwimmen. In den modernen Spaßbädern können Kinder überall stehen und bekommen damit das trügerische Gefühl, sich im Wasser sicher bewegen zu können. Ausdauerndes Streckenschwimmen wird nicht mehr ausreichend geübt.

In unseren Schwimmkursen vermitteln wir deshalb Grundfertigkeiten (Wasservertrautheit, Wassergewöhnung und das Tauchen) und erleben den sicheren Spaß am Schwimmen und im Wasser. Ihr Kind trainiert unter professioneller Anleitung in einer Gruppe mit maximal 16 Kindern. Auch wenn die Kinder und Jugendlichen schon schwimmen können, sind sie uns herzlich willkommen, um neue Schwimmarten zu erlernen oder ihre Fähigkeiten zu verbessern. Wir empfehlen, diese Fertigkeiten auch mit den Eltern zu trainieren, damit zum Ende des Kurses die angestrebte Schwimmprüfung abgelegt werden kann – je nach individueller Leistungsfähigkeit mit folgendem Schwimmabzeichen:



### SEEPFERDCHEN

Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen | Heraufholen eines Tauchringes oder Tellers mit den Händen aus schulertiefem Wasser (Schultiefe bezogen auf den Prüfling)



### SEERÄUBER

Sprung ins Wasser und 100 m technikkongures Schwimmen | Heraufholen eines Gegenstandes aus mindestens 1 m Wassertiefe | 5 m Streckentauchen



### BRONZE

Sprung vom Beckenrand und 200 m Schwimmen innerhalb von 15 Minuten | Gegenstand aus 2 m Tiefe herausholen | Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung | Kenntnis von Baderegeln



### SILBER

Startsprung und 400 m Schwimmen innerhalb von 25 Minuten (300 m Bauch- und 100 m Rückenlage) | Gegenstand aus 2 m Tiefe herausholen | Sprung aus 3 m Höhe | 10 m Streckentauchen | Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung



### GOLD (ab 9 Jahre)

600 m Schwimmen in 24 Minuten | 50 m Brustschwimmen in 70 Sekunden | 25 m Kraulschwimmen | 50 m Rückenschwimmen (mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder Rückenkraulschwimmen) | 15 m Streckentauchen | 3 kleine Tauchringe aus 2 m Tiefe in höchstens 3 Versuchen in 3 Minuten herausholen | Sprung aus 3 m Höhe | 50 m Transportschwimmen (Schieben oder Ziehen) | Kenntnis von Baderegeln und Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbstrettung und einfache Fremddrettung)

Das Schwimmabzeichen ist ein Nachweis dafür, wie gut der Besitzer schwimmen kann. Trainiert werden sollte auch weiterhin, um in Übung zu bleiben und sich nicht zu überschätzen. Denn Sicherheit im Wasser ist unverzichtbar.

# SCHWIMM- KURSE

TERMINE 2018

WAREN (MÜRITZ)

Am  
Volksbad



Durchführung mit unseren Schwimmlehrern aus der DRK Wasserwacht.

## 1. KURS

jeweils  
10:00 - 12:00 Uhr  
oder  
13:00 - 15:00 Uhr  
oder  
15:30 - 17:30 Uhr

## 2. KURS

jeweils  
10:00 - 12:00 Uhr  
oder  
13:00 - 15:00 Uhr  
oder  
15:30 - 17:30 Uhr

30.07.2018 Montag  
31.07.2018 Dienstag  
01.08.2018 Mittwoch  
02.08.2018 Donnerstag  
03.08.2018 Freitag

13.08.2018 Montag  
14.08.2018 Dienstag  
15.08.2018 Mittwoch  
16.08.2018 Donnerstag  
17.08.2018 Freitag

### Wochenkursgebühr

70,00 € pro Kurs zzgl.  
6,00 € Prüfungsgebühr  
mit Abzeichen  
(bei Bestehen der Prüfung)

Teilnehmeranzahl pro Kurs ist  
auf 16 Kinder begrenzt.

## WEITERE KURSE AUF ANFRAGE.

Bei schlechtem Wetter treffen wir uns immer auch erst am Volksbad und dann gibt es alternative Angebote nach Absprache vor Ort.

## FERIENFREIZEIT SEEPFERDCHEN PLUS

In den Ferien bieten wir für Kinder ab 8 Jahren mit unserem Seepferdchen-Plus eine Ferienfreizeit in Waren (Müritz) und Neustrelitz an.

23.07. - 27.07.2018 jeweils 09:00 - 16:00 Uhr

### Wochengebühr

180 €

Teilnehmeranzahl pro Kurs ist  
auf 16 Kinder begrenzt.

### BITTE MELDEN SIE SICH AN UNTER:

schwimmen.drk-msp.de  
Christiane Hartsch · Tel: 03991 1821-0  
E-Mail: schwimmen@drk-msp.de

Deutsches Rotes Kreuz   
Kreisverband Mecklenburgische Seenplatte e.V.