

Kurszeiten für das Kinder- u. Jugendschwimmen des TSV Solingen-Aufderhöhe 1877 e.V.



Gruppe	Tag	Uhrzeit
Anfängerschwimmen		
Eltern-Kind Wassergewöhnung	Freitag	16:00 - 16:45 Uhr
Anfängerschwimmkurs 1	Freitag	16:00 - 16:45 Uhr
Anfängerschwimmkurs 2	Freitag	16:00 - 16:45 Uhr
Anfängerschwimmkurs 3	Freitag	17:00 - 17:45 Uhr
Halbschwimmerkurs 1	Freitag	16:00 - 16:45 Uhr
Halbschwimmerkurs 2	Freitag	16:00 - 16:45 Uhr
Halbschwimmerkurs 3	Freitag	17:00 - 17:45 Uhr
Seepferdchenkurs 1	Freitag	17:00 - 17:45 Uhr
Seepferdchenkurs 2	Freitag	17:45 - 18:30 Uhr
Breitensport		
Bronze-Schwimmkurs 1	Freitag	17:00 - 17:45 Uhr
Bronze-Schwimmkurs 2	Freitag	17:45 - 18:30 Uhr
Silber/Gold-Schwimmkurs	Freitag	17:45 - 18:30 Uhr

Unsere Schwimmkurse finden alle im Variobecken der Klingenhalle Solingen statt.
Das Variobecken verfügt über einen Hubboden, sodass die Kurse

- Eltern-Kind-Wassergewöhnung
- Anfängerschwimmen 1-3

Bei einer Wassertiefe von 90 cm stattfindet.

5. Juli 2019

Ihr/e Ansprechpartnerin

Annette Heidenpeter
Finanzwartin - Schwimmabteilung

Mobil +49 177 / 5 71 48 37
kassenwart@tsv-schwimmsport.de

**Turn- und Sportverein Solingen-
Aufderhöhe 1877 e.V.**

Geschäftsstelle
Aufderhöher Str. 94
42699 Solingen

Postfach 120114
42676 Solingen

Telefon +49 212 / 6 19 55
Fax +49 212 / 3 83 05 95

info@tsv-aufderhoehe.de
www.tsv-aufderhoehe.de

Hauptvorstand:
Ernst Kugel
(Vorsitzender)
Jürgen Bauer
(Vermögensverwalter)
Irmgard Becker
(Geschäftsführerin)

Eintragung im Vereinsregister
Registernummer: VR 25511
Steuernummer 128/ 5838/6676

Ausbildungsinhalte:

5. Juli 2019

Vorbereitung auf die Schwimmausbildung:

Seite 2 von 2

- Frühschwimmer (Seepferdchen)
Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen
Heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schulertiefem Wasser

Folgende Schwimmbabzeichen können absolviert werden:

- **Jugendschwimmbabzeichen Bronze**
Sprung vom Beckenrand und mind. 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten.
Einmal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes
Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung
Kenntnis der Baderegeln
- **Jugendschwimmbabzeichen Silber**
Startsprung und mind. 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten, davon 300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage
Zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines Gegenstandes
10 m Streckentauchen
Sprung aus 3 m Höhe
Kenntnis der Baderegeln und der Selbstrettung
- **Jugendschwimmbabzeichen Gold**
600 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten
50 m Brustschwimmen in höchstens 1:10 Minuten
25 m Kraulschwimmen
50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder 50 m Rückenkraulschwimmen
15 m Streckentauchen
Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von drei Tauchringen aus einer Wassertiefe von etwa 2 Metern innerhalb 3 Minuten in höchstens 3 Tauchversuchen
Sprung aus 3 m Höhe
50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen
Kenntnis der Baderegeln
Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- u. einfache Rettung)