

Hinweise zum Training

Liebes Mitglied, liebe Eltern,
herzlich willkommen im Kreise der DLRG Augustdorf
im Bezirk Lippe e.V.!
Wir freuen uns, dass Du/Sie ab sofort mit an Bord bist/sind.
Damit das Training und die Schwimmausbildung für Dich,
bzw. Ihr Kind zu einem Erfolg wird,
haben wir hier einige Hinweise zusammengestellt:



Landesverband Westfalen
Bezirk Lippe
Ortsgruppe Augustdorf
Ausbildung
E-mail: tl@augustdorf.dlrg.de
<http://www.augustdorf.dlrg.de>

Allgemein:

- Eine Bitte: Nur ein(e) gesunde(r) TeilnehmerIn kommt zum Training.
- Über bestehende Krankheiten, z.B. Asthma, Ohrenprobleme, Allergien etc., sowie motorische Einschränkungen sind die Ausbilder direkt zu informieren.
- Die Aufsichtspflicht der Übungsleiter beginnt, wenn der Schwimmer/ die Schwimmerin den Beckenbereich betritt und endet, wenn der/ die TeilnehmerIn diesen wieder verlässt. Vorher und nachher liegt die Aufsichtspflicht bei den Begleitpersonen.
- Für Begleitpersonen, die nicht Mitglied sind, besteht während des Trainings kein Versicherungsschutz durch die DLRG.
- Den Anweisungen der Trainer und auch der Bademeister der Kaserne ist unbedingt Folge zu leisten.
- Im Bad gilt, besonders für Begleitpersonen und zum Schutz der TeilnehmerInnen, ein Verbot für Handys oder elektrische Geräte mit Kamera. Es gelten Sonderregelungen für Veranstaltungen, die vorher bekannt gegeben werden.

Ein- und Ausfahrtregelungen:

- Anmeldung an der Wache
- Zur Anmeldung wird immer ein gültiger Personalausweis benötigt. Diesen bitte unbedingt mitbringen.
- 1. Trainingsstunde (Anfänger-, Seepferdchen- und Bronzegruppe):
 - Treffen von 17:30 Uhr bis 17:45 Uhr vor dem Nordtor der Kaserne
 - Einfahrt: 17:45 Uhr im Konvoi (begleitet durch Beauftragten der Ortsgruppe)
 - Trainingszeit: 18:00 Uhr bis ca. 18:45 Uhr
 - Ausfahrt: 19:00 Uhr im Konvoi – Sammeln zuvor im Kassenbereich des Hallenbades. Bitte beeilt euch nach der Stunde mit duschen und umziehen, damit nicht alle anderen warten müssen.
- 2. Trainingsstunde (Silber und Goldgruppe, JET-Team):
 - Treffen von 18:15 Uhr bis 18:30 Uhr vor dem Nordtor der Kaserne
 - Einfahrt: 18:30 Uhr im Konvoi (begleitet durch Beauftragten der Ortsgruppe)
 - Trainingszeit: 18:45 bis ca. 19:30 Uhr
 - Ausfahrt: 19:45 Uhr im Konvoi – Sammeln zuvor im Kassenbereich des Hallenbades. Bitte beeilt euch nach der Stunde mit duschen und umziehen, damit nicht alle anderen warten müssen.

Badebekleidung:

- Aus hygienischen Gründen bitten wir darum, nur noch eng anliegende Badebekleidung zu tragen!
- Dieses betrifft einerseits die männlichen Trainingsteilnehmer, da sich hier die Badeshorts immer größerer Beliebtheit erfreuen.
- Auch bei den Damen bitten wir darum, auf mehrteilige Badebekleidung zu verzichten, da sich diese im Trainingsbetrieb als eher unpraktisch erwiesen hat.
- Begleitpersonen: Die Bundeswehr legt großen Wert darauf, dass Begleitpersonen beim Training saubere Sportkleidung tragen.

- Hier ein paar Beispiele:



Hinweise für Eltern (besonders für das Anfängerschwimmen):

- Bitte unterstützen Sie bei Bedarf Ihr Kind beim Umziehen und beim Duschen.
- Weisen Sie Ihr Kind darauf hin, dass es sich bei den Trainern abmelden muss, wenn es sich von der Gruppe entfernt (z. B. Toilettengang).
- Achten Sie darauf, dass Ihr Kind vor Beginn des Kurses die Dusche und die Toilette aufsucht.
- Achten Sie darauf, dass nicht Ihr Interesse am Schwimmen lernen Ihres Kindes zu sehr im Vordergrund steht. Der Erfolg wird nur eintreten, wenn Ihr Kind selbst Spaß hat.
- Wir möchten wartende Begleitpersonen bitten, während des Trainings nicht zu sehr auf Ihre Kinder einzugehen und diese abzulenken, da sich Ihr Kind ansonsten zu stark auf Sie konzentriert und vom eigentlichen Ziel des Schwimmen Lernens abgelenkt wird.
- Wenn Ihr Kind einmal nicht kommen möchte, überlegen Sie bitte genau, ob Sie nachgeben wollen. Einige Kinder sind sofort vom Wasser begeistert und können nicht genug davon bekommen. Bei anderen steht jedoch am Anfang oft Angst oder Unlust. Hat Ihr Kind erst einmal herausbekommen, wie es sich drücken kann, werden Sie erhebliche Schwierigkeiten haben, es zur Teilnahme zu bewegen.
- Da wir für jede Gruppe nur eine Übungsstunde pro Woche haben, ist es wichtig, dass Ihr Kind regelmäßig zum Training kommt. Jedes Fehlen führt dazu, dass Ihr Kind gerade erlerntes wieder vergisst und wir von vorne beginnen müssen.
- Bitte unterstützen Sie uns:
 - Sprechen Sie mit Ihrem Kind nach der Stunde über das Erlebte.
 - Motivieren Sie Ihr Kind, regelmäßig und aktiv am Training teilzunehmen.
 - Lassen Sie sich von Ihrem Kind das Erlernte beim Baden oder Duschen zeigen.
 - Gehen Sie zusätzlich möglichst oft mit Ihrem Kind schwimmen.
 - Bringen Sie Ihrem Kind frühzeitig die Baderegeln bei.
 - Seien Sie ein Vorbild im Umgang mit und am Wasser.

Preise und Kosten auf einen Blick:

Mitgliedsbeitrag Schüler/ Jugendliche*	30 €
Mitgliedsbeitrag Erwachsene*	37 €
Mitgliedsbeitrag Familie* (1 Erwachsener + 2 Kinder)	89 €
Aufnahme-/Verwaltungsgebühr* (einmalig)	3 €
Eintritt ins Hallenbad	2 €
Seepferdchen-Ausweis	0,50 €
Schwimmausweise	1 €
Abzeichen Stoffaufnäher	1,50 €

* wird jährlich durch den Bezirk Lippe abgebucht, bzw. muss an diesen überwiesen werden.
Hinweise findet Ihr/ Sie auf dem Mitgliedsausweis.

Sollten Sie weitere Fragen haben, zögern Sie nicht, uns anzusprechen!