

Schwimmkurse finden statt in:

Tengling

Trostberg

Traunreut

Chieming

Traunstein

Siegsdorf

Rupolding

Inzell

Weitere organisatorische Hinweise wie Kursbeginn, Kosten und Anmeldung regeln die durchführenden Organisationen vor Ort.

Partner und Sponsoren



Dank unserer Partner und Sponsoren können wir unseren Kindern wichtige Grundlagen für das Schwimmen vermitteln

Für dieses Engagement bedanken wir uns sehr herzlich.

Weitere Infos unter:

www.bsj-traunstein.de

Ansprechpartner: Thomas Hoffmann
Kampenwandstr. 33, 83301 Traunreut

hoffmann@bsj-traunstein.de

Erreichbar unter: 0151 25219272



Schwimmen lernen in der Pandemie—
aber wie oder überhaupt?



Mit einer Allianz von den Wasserrettungsorganisationen BRK-Wasserwacht und DLRG zusammen mit der Bayerischen Sportjugend im Kreis Traunstein ist es unser Ziel, den Kindern vermehrt Schwimmkurse im Sommer 2021 anzubieten

Schwimmen lernen in der Pandemie–aber wie oder überhaupt?

Wir verlagern in 2021 vielfach unseren Urlaub in unser eigenes Land – Seen, Meere und Flüsse, all das hat Deutschland, Spaßbäder erfreuen sich hoher Beliebtheit. Wir müssen aber auch feststellen, dass durch die Pandemie und deren Einschränkungen auch wichtige Dinge, wie, z.B. Schwimmkurse zum Teil ausfallen mussten.

Um vielen Kindern und Jugendlichen das sichere Schwimmen zu ermöglichen, haben sich die Organisationen von BRK-Wasserwacht, DLRG und BSJ Gedanken über ein Konzept und der Umsetzung gemacht. Soweit Schwimmlehrer zur Verfügung stehen, werden die örtlichen Ausbildungen durch die „Profis“ durchgeführt.

Die Anmeldung erfolgt dann über die jeweiligen Ansprechpartner an dem gewünschten Ort

Weitere Infos werden zudem auf den sozialen Netzwerken und auf den jeweiligen Homepages veröffentlicht.

Die Teilnehmer sind für die Zeit der Schwimmkurse versichert und werden dementsprechend auch beaufsichtigt.

Die jeweils gültigen Coronaregelungen sind einzuhalten.

Die erfassten Daten werden nur für diesen Zweck erhoben, keinem anderen weiter gegeben und werden nach Abschluss des Schwimmkurses wieder gelöscht.



Seepferdchen (Frühschwimmer oder Anfängerschwimmen) das heißt:

du kennst die Baderegeln, du bist vom Beckenrand gesprungen und anschließend 25 m in Bauch- oder Rückenlage (Grobform) geschwommen und hast dabei ins Wasser ausgeatmet, du hast einen Gegenstand aus schultertiefem Wasser mit den Händen heraufgeholt.



Deutsches Schwimmabzeichen Bronze (Freischwimmer) das heißt:

du kennst die Baderegeln. du bist mit einem Kopfsprung vom Beckenrand gesprungen und anschließend 12 Minuten lang geschwommen. Dabei hast du mindestens 200 m zurückgelegt, davon 150 m in Bauch- oder Rückenlage (erkennbare Schwimm- lage) und 50 m in einer anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage ohne Festhalten und während des Schwimmens). du bist ca. 2 m tief getaucht und hast einen kleinen Gegenstand (z.B. kleiner Tauchring) heraufgeholt. du bist mit einem Paketsprung vom Startblock oder vom 1 m-Brett ins Wasser gesprungen.



Deutsches Schwimmabzeichen Silber das heißt:

du kennst die Baderegeln und das Verhalten zur Selbstrettung, z.B. wie man sich verhält, wenn man erschöpft ist, oder einen Krampf löst). du bist mit einem Kopfsprung vom Beckenrand gesprungen und anschließend 20 Minuten lang geschwommen. Dabei hast du mindestens 400 m zurückgelegt, davon 300 m in Bauch- oder Rückenlage (erkennbare Schwimm- lage) und 100 m in einer anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage ohne Festhalten und während des Schwimmens).

Du bist eine Strecke von 10 m getaucht und hast dich dabei vom Beckenrand im Wasser abgestoßen. Du bist zweimal ca. 2 m tief getaucht und hast einen kleinen Gegenstand (z.B. kleiner Tauchring) heraufgeholt. Du bist aus 3 m Höhe oder mit 2 verschiedenen Sprüngen aus 1 m Höhe ins Wasser gesprungen



Deutsches Schwimmabzeichen Gold das heißt:

du kennst die Baderegeln und wie man sich selbst und Anderen bei Bade-, Boots- und Eisunfällen helfen kann (Selbstrettung und einfache Fremdrettung). Du bist mit einem Kopfsprung vom Beckenrand gesprungen und anschließend 30 Minuten lang geschwommen. Dabei hast du mindestens 800 m zurückgelegt, davon 650 m in Bauch- oder Rückenlage (erkennbare Schwimm- lage) und 150 m in einer anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage ohne Festhalten und während des Schwimmens). Du bist nach einem Startsprung 25 m im Kraulschwimmen geschwommen. Du bist nach einem Startsprung 50 m im Brustschwimmen geschwommen und hast hierfür höchstens 1:15 Minuten gebraucht. Du bist 50 m im Rückenschwimmen mit Grätschschwung (ohne die Arne zu benutzen) oder im Rückenkraulschwimmen geschwommen. Du bist eine Strecke von 10 m aus der Schwimm- lage getaucht, ohne dass du dich dabei vom Beckenrand im Wasser abgestoßen hast. Du bist dreimal ca. 2 m tief getaucht, hast dabei drei kleine Gegenstände (z.B. kleine Tauchringe) heraufgeholt und hast hierfür höchstens drei Tauchversuche innerhalb von 3 Minuten unternommen. Du bist aus 3 m Höhe oder mit 2 verschiedenen Sprüngen aus 1 m Höhe ins Wasser gesprungen. Du hast deine/n Schwimmpartner*in 50 m im Wasser transportiert (Schieben oder Ziehen).