

## Infoblatt Seeräuber

Liebe Eltern und Angehörige,

herzlich Willkommen zum Seeräuber-Kurs. Damit Sie in den nächsten Wochen sicher und mit Freude zum Kurs kommen, anbei ein paar Informationen rund um den Kurs und die Begebenheiten in unserem Bad.

### Voraussetzung:

- Sprung vom Beckenrand und 25m technisch korrektes Brustschwimmen mit Ausatmung in das Wasser
- Tauchen mit geöffneten Augen an der Stange runter mit Hinaufholen des Ringes

### Ziel ist die Schwimmurkunde „Seeräuber“

- Sprung vom Beckenrand mit anschließendem Streckentauchen 5m (Die Benutzung einer Taucherbrille sowie Neoprenanzug ist laut Prüfungsordnung nicht erlaubt)
- 100m technikgerechtes Brustschwimmen mit Ausatmen in das Wasser
- Erlernen des Kopfsprunges (kein Bestandteil der Prüfung)

### Das Schwimmbad

- 2 € Stück für den Spind
- Es gilt die Haus- und Badeordnung
- Das Fotografieren und Filmen ist verboten (Persönlichkeitsrecht)
- Eltern und Angehörige nehmen während des Kurses im Foyer platz



### Badebekleidung

- Badehose/Badeanzug (keine Bermuda!), Badeschuhe, Handtuch
- Badekappe oder Haargummi bei längeren Haaren, Schmuck/Halsketten bitte vorher ablegen
- Kein Kaugummi während des Kurses

### Vorbereitung der Kinder und Ablauf

- Beim ersten Treffen in der Schwimmhalle findet ca. 10 min vor Kursbeginn eine Einweisung statt.
- Bitte bringen Sie die Gesundheitserklärung zur 1. Einheit ausgefüllt und mit aktuellem Datum mit. Aufgrund der langen Wartelisten, bitten wir um Verständnis, dass der Kursplatz bei einem unentschuldigten Fehlen zur 1. Kursstunde, neu vergeben wird. Die Anwesenheit ist daher zwingend erforderlich.
- Ab der 2. Einheit bitte erst ab 10min vor Kursbeginn umziehen und duschen gehen
  
- Ab 1 Stunde vor Kursbeginn nicht mehr großes essen
- Eltern bringen Kinder bis zum Kursleiter und holen sie nach dem Kurs vom Kursleiter ab
- Die Anwesenheit der Kinder wird durch den Kursleiter am Schwimmbecken notiert
- 1. Stunde Wiederholung der Prüfung Seepferdchen
- Ausdauerschwimmen, Tauchübungen, Kopfsprung
- Ab ca.10./11./12. Stunde Prüfung

### Krankheit/Entschuldigungen

- Bei einmaligen Entschuldigungen oder längerer Krankheit bitte telefonisch an das Kursteam 969-2359 oder per E-Mail an [kurse.sportbaeder@L.de](mailto:kurse.sportbaeder@L.de).