

Die nachfolgend beschriebenen Gruppen, Einteilungen, Voraussetzungen und Gruppenziele wurden von den Trainern, in Abstimmung mit dem Schwimmwart und der Abteilungsleitung, mit Beginn der Saison 2006/2007 festgelegt.

Delphine

Unsere Delphine (Alter zwischen 4 und 6 Jahre) sollen spielerisch die Grundlagen für das Schwimmen erlernen, d.h. Wassergefühl, Wasserlage, Tauchen und richtige Atmung, sowie Wechselbeinschlag in Bauch- und Rückenlage. Die Kinder erlernen das Brust- und Rückenschwimmen und die Grobform des Kraulschwimmens. Da die Kinder in dieser Gruppe noch sehr jung sind dürfen spielerische Elemente nicht zu kurz kommen, um die Freude am und im Wasser zu gewährleisten. Voraussetzung für die Aufnahme in diese Gruppe ist die Beherrschung einer Schwimmlage.

Die Delphine werden von Alina Bitz und Susanne Dombos betreut. Das Training findet montags von 17:00 – 18:00 Uhr (Bahn 1) im Hallenbad statt. Bei den jährlichen Vereinsmeisterschaften sollen die Kinder zeigen, was sie gelernt haben. In Absprache mit den Trainerinnen/Eltern/Kindern sollen alle Kinder, die schon längere Zeit in dieser Gruppe sind am Mulfinger-Cup teilnehmen.

Fördergruppe (FG)

Kinder bis ca. 8 Jahre werden in der Fördergruppe betreut.

Voraussetzungen für die Aufnahme in diese Gruppe ist:

- War bereits bei den Delphinen oder in der Schwimmschule (SS) und ist den dortigen Betreuern mit einer guten Wasserlage, Engagement oder schnellem Umsetzen der vorgegebenen Aufgaben aufgefallen.
- Bereitschaft 2x pro Woche (Di, Do von 19:00 – 20:00 Uhr, Bahn 1) im Hallenbad zu trainieren
- Das Kind sollte mindestens 2 Schwimmlagen in den Grundzügen schwimmen können.

Mit den Kindern wird zunächst das Brust-, Kraul und Rückenschwimmen weiter intensiviert, etwas zeitlich versetzt parallel dazu das Schmetterlingsschwimmen. Außerdem erlernen sie Grundlagen wie Tauchen, Gleiten, Atmung und Startsprung. Einen außerordentlich wichtigen Stellenwert im Training nimmt die Förderung der koordinativen Fähigkeiten ein, da ein späteres leistungsbezogenes Training nur Sinn macht, wenn die Schwimmtechniken genügend ausgereift sind.

Die FG wird von Kathrin Heider betreut. Erste Wettkampferfahrungen sammeln die Kinder beim Mulfinger-Cup, den Vereinsmeisterschaften und ggf. einem kindgerechten Wettkampf.

Nachwuchsgruppe (NWG):

Vorraussetzungen um in die NWG zu kommen sind das Beherrschen von mindestens 3 Schwimmstilen, die jedoch noch nicht vollkommen ausgereift sein müssen, sowie die Bereitschaft am Training regelmäßig 2x pro Woche (Di von 19:00 – 20:00 Uhr, Do von 19:00 – 20:30, Bahn 2) **und** an den für die NWG geplanten Wettkämpfen (Mulfinger-Cup, VM und gezielt ausgesuchten Nachwuchswettbewerben) teilzunehmen.

Die NWG bildet die Vorstation zu den Leistungsgruppen (LG). Alle vier Schwimmstile werden geübt, wobei auf eine korrekte Technik und die Förderung koordinativer Fähigkeiten sehr viel Wert gelegt wird. Außerdem nimmt der Aufbau der Grundlagenausdauer und die schwimmerischen Grundschnelligkeit einen wichtigen Platz im Training ein.

Den Kern der Fördergruppe stellen Kinder im Alter von 8 – 10 Jahre dar.

Das Training wird von Anja Vetter geleitet.

Leistungsgruppen (LG 1 + 2)

Die Schwimmer der LGen erhalten ein leistungsorientiertes Aufbautraining. Nach wie vor stellt die Festigung und Verfeinerung der Schwimmtechniken durch Koordinationstraining einen wesentlichen Bestandteil des Trainings dar. Auch dem Start-, Wenden- und Athletiktraining kommt weiterhin Bedeutung zu.

➤ **LG 2:**

In die LG 2 können nur Kinder und Jugendliche kommen, die regelmäßig 2-3 mal pro Woche trainieren (Winter & Sommer [Hallenbad]: Di 19:00 – 20:30 Uhr, Do 19:00 – 20:00 Uhr, zusätzlich nach Absprache Mi 18:00 – 19:00 Uhr Athletiktraining Hagenbach), an Nachwuchswettkämpfen und Wettkämpfen auf Kreisebene teilnehmen, sowie das Erreichen der Pflichtzeiten zur Teilnahme an den Württ. Jahrgangsmeisterschaften anstreben.

Das Training wird von Leonie Barschkies geleitet.

➤ **LG 1:**

In die LG 1 können nur Kinder und Jugendliche kommen, die regelmäßig 3-5 mal pro Woche trainieren und mindestens 11-12 Jahre alt sind.

Winter (Hallenbad): Mo 17:00 – 18:30 Uhr, Di & Do 19:00 – 20:30 Uhr, Mi 18:00 – 19:00 Uhr Athletik, Sa 10:30 – 12:30 Uhr

Sommer (Freibad): Mo, Fr 17:30 – 19:30 Uhr, Mi 18:00 – 19:00 Uhr Athletik, Di+Do 19:00 – 21:00 Uhr [Hallenbad], Sa 10:30 – 12:30 Uhr

an Wettkämpfen ab der Bezirksebene aufwärts teilnehmen, sowie das Erreichen der Pflichtzeiten zur Teilnahme an den Württ. Jahrgangsmeisterschaften bereits mehrfach erreicht haben und wieder anstreben.

Das Training wird von Timo Lorenz geleitet.

Im Laufe des Schwimmjahres können von Seiten der Trainer aufgrund erbrachter Leistungen / Trainingseindrücke / Trainingsbeteiligungen Änderungen in den jeweiligen Schwimmgruppen selbstverständlich jederzeit vollzogen werden.