

# Richtlinien der Arnbrucker Frösche.

Zweck und Ziel der Sparte Arnbrucker Frösche des SV Arnbruck ist das Wettkampfschwimmen (Teilnahme an Wettkämpfen)

## Aufgliederung der verschiedenen Teams

- Kaulquappen = Nachwuchsschwimmgruppe
- Frösche = Wettkampfteam (Frösche I, II und III)
- Masters

## Kaulquappen:

### Voraussetzung für den Einstieg in die Gruppe Kaulquappen

- Beherrschung der Grundschwimmart Brust in Grobform
- Schwimmen von 4 Bahnen (100m) ohne Pause

### Ziel der Kaulquappen

**Unser Ziel: Jedes Kind sollte sicher schwimmen können**

- Erlernen der 4 Schwimmmarten (Brust, Freistil, Rücken, Schmetterling)
- Einbringung eines jeden einzelnen Kindes in die Gemeinschaft des Vereinslebens
- Spaß am Schwimmen mit Gleichgesinnten und Gleichaltrigen
- durch regelmäßiges Training erlangen der Fähigkeit zur Teilnahme an geeigneten Wettkämpfen
- Trockentraining/Trainingsübungen zu Hause
- Aufstieg in die Gruppe Frösche (Wettkampfteam)

### Trainingszeit

- Samstag von 9.00 – 10.00 Uhr

# Das Wettkampfteam

Die Einteilung des Wettkampfteams übernimmt der Trainer. Hier wird **leistungsbezogener** Wettkampfsport betrieben.

**Regelmäßigkeit und Kontinuität sind wesentlich für einen Trainingserfolg**

## Frösche 1 u. 2

- erfordert 4-maliges Training (3mal Schwimmtraining, 1mal Krafttraining)
- Trockentraining/Trainingsübungen zu Hause
- Verpflichtung zur Teilnahme an festgesetzten Wettkämpfen
- Trainingszeiten:
  - Montag 17.45-19.30 und Mittwoch von 16.50 -18.00 Uhr
  - Samstag von 9.45 Uhr bis 12.00 Uhr
  - Die 15 Minuten vor der Wassereinheit sind zur selbstständigen Vorbereitung, Aufwärmung und Dehnung notwendig.
- Ist der Schwimmer zu Trainingsbeginn nicht anwesend, besteht kein Anspruch auf die Teilnahme am Training
- Regelmäßiges Training ist die Voraussetzung für die Teilnahme an Wettkämpfen

## Frösche 3

- erfordert 2-maliges Training (Schwimmtraining)
- Einbringung eines jeden einzelnen Kindes in die Gemeinschaft des Vereinslebens
- Vertieftes Lernen der 4 Schwimmmarten (Brust, Freistil, Rücken, Schmetterling)
- Trockentraining/Trainingsübungen zu Hause
- Regelmäßige Teilnahme an festgesetzten Wettkämpfen
- Trainingszeiten:
  - Montag 16.50 -18.00
  - Samstag 9.50 bis 12.00 Uhr
  - Die 10 Minuten vor der Wassereinheit sind zur selbstständigen Vorbereitung, Aufwärmung und Dehnung notwendig.

### Bei mehrmaligen Nichteinhalten dieser Regelungen erfolgt eine Rückstufung

- ✘ Der Trainer alleine bestimmt, was geschwommen wird. Eltern können gegebenenfalls nach dem Training konstruktive Vorschläge machen, dürfen sich aber im Training nicht einmischen.
- ✘ Die Entscheidung, für ein Kind das Training frühzeitig zu beenden, liegt beim Trainer.
- ✘ Bei Nichtteilnahme am Training, sei es wegen Krankheit oder anderweitiger Verhinderung, entweder dem Trainer schon im vorherigen Training Bescheid geben oder kurzfristig unter Tel. 0163 - 895 00 61 (Peter Hof), 0172 – 981 0550 (Robert Aschenbrenner) o. 0170-896 54 26 (Angelika Leitermann) abmelden.
- ✘ Es ist wünschenswert, dass die Eltern an Info-Versammlungen teilnehmen, um immer aktuell informiert zu sein und um wichtige Themen besprechen oder diskutieren zu können.

## Thema Attest und Gesundheit

Durch den DSV ist nur geregelt, dass zur Zulassung zum Wettkampf ein Attest dem Verein vorliegen muss. Dies allerdings zeigt nicht den aktuellen Gesundheitszustand, sodass gesundheitliche Einschränkungen (Allergien, Atemwegserkrankungen, Verletzungen usw.) zum Wohle Eurer Kinder unverzüglich dem Trainer mitzuteilen sind.

[www.dsv.de](http://www.dsv.de)

Wir wünschen uns eine über das ganze Jahr hinweg motivierte Mannschaft, die auch durch Kameradschaft und Freundschaft starke Einzelleistungen hervorbringt und der man anmerkt, dass der Schwimmsport für Sie und jeden Einzelnen wichtig ist.

Wir geben ca. eine Woche vor Meldeschluss das vorläufige Meldeergebnis per Email an alle Schwimmer, die für den jeweiligen Wettkampf gemeldet werden können. Kann jemand aus verschiedenen Gründen nicht teilnehmen, so erwarten wir eine zeitnahe Rückmeldung (spätestens 1 Woche vor Wettkampf) ansonsten gehen wir davon aus, dass die Teilnahme erfolgt und melden den Schwimmer zum Wettkampf verbindlich an.

**Bei kurzfristiger Absage der Teilnahme an Wettkämpfen sind die Startgebühren selber zu entrichten.**

Aktuelle Informationen z.B. Ausfall eines Trainings, aktuelle Termine oä. immer auf der Homepage [www.Arnbrucker-Froesche.de](http://www.Arnbrucker-Froesche.de)

Für unsere Schwimmerdatei bitten wir Euch um das Ausfüllen dieses Fragebogens.

---

---

Name                                      Vorname                                      Geburtsdatum u. Ort - Schwimmer

---

---

---

Name, Tel. Nr. Vater

---

---

---

Name, Tel. Nr. Mutter

---

---

---

Adresse ( Straße, Wohnort)

---

---

---

Telefonnummer / Mobilnummern

---

---

---

E-Mail-Adressen von Eltern u. evtl auch vom Kind falls vorhanden

---

Bestehen chronische Erkrankungen Ja  nein   
(Stoffwechsel- oder Atemwegserkrankungen, Allergien, verletzungsbedingte Einschränkungen)

---

Müssen regelmäßig Medikamente eingenommen werden? Ja  nein

---

Gibt es Notfallmedikamente, wenn ja, welche? Ja  nein   
(Bitte immer ins Training und zu Wettkämpfen mitgeben)

---

Seid Ihr mit der Veröffentlichung von Bildern auf unserer Homepage einverstanden? Ja  nein

---

Besteht ein Internetzugang oder wird auf die Veröffentlichung von aktuellen Terminen in der Tageszeitung Wert gelegt (Abfahrt zu Wettkämpfen, Trainings - Änderungen ect.)

Tageszeitung                       Internet                       Email-Benachrichtigung

---

Ort, Datum                                      Unterschrift

---