

Vereinsinformation



Hallo,

liebe Freunde¹ des Schwimmsports und (neue) Mitglieder des Schwimmvereins Poseidon Limburg e. V.!

Mit dieser Information, die sich immer wieder verändert – deshalb immer wieder mal reinschauen – wollen wir Euch auf all das aufmerksam machen, was wichtig ist, wenn man im SV Poseidon schwimmt oder jemand kennt, der dort schwimmt (wie zum Beispiel die eigenen Kinder)...

Wenn etwas zu ergänzen ist, sagt uns bitte Bescheid.

- [Hallenbad Offheim – Ist das was Besonderes?](#)
- [Gruppeneinteilung – Was hat es damit auf sich?](#)
- [Informationen – Wie komme ich da dran?](#)
- [Philosophie – Gibt es so etwas im SVPL?](#)
- [Training – Wie funktioniert das?](#)
- [Meisterschaften – Was gibt's da so?](#)
- [Vorstand – Was machen die?](#)
- [Wettkampf – Was muss ich beachten?](#)

¹ Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir nur die männliche Anrede gewählt. Wenn von Schwimmern die Rede ist, sind auch Schwimmerinnen damit gemeint.

Vereinsinformation

Hallenbad Offheim

Zu Weihnachten 2003 ereilte uns eine Schreckensbotschaft, die erst einmal niemand so richtig ernst nahm: „Das Hallenbad Offheim wird geschlossen.“ Es wurde Wirklichkeit und bedeutete den Wegfall des größten Teils der Trainingsmöglichkeiten des SVPL. Ein Jahr, viele Initiativen, zahlreiche Sitzungen des Stadtparlaments und einen gegründeten Hallenbadverein später, wurde Anfang 2005 das Hallenbad Offheim als Vereinsbad wiedereröffnet.

Die Mitgliedschaft im HBVO ist von der Mitgliedschaft im SVPL getrennt. Gleichzeitig ist ein Training mit dem SVPL im Hallenbad Offheim nicht möglich, wenn keine Mitgliedschaft im HBVO besteht. Da der Verein je nach Gruppenzugehörigkeit früher oder später in Offheim trainiert, ist eine Mitgliedschaft unumgänglich.

Der SVPL ist Mitbegründer des Hallenbadvereins Offheim und als einer der Hauptnutzer legen wir besonderen Wert darauf, dass sich unsere Mitglieder vorbildlich verhalten und die Regeln des HBVO beachten.

Der Hallenbadverein ist auch im Internet vertreten: www.hallenbadverein-offheim.de

Gruppenaufteilung

Die Schwimmgruppen der SVPL sind in unterschiedlichen Abteilungen organisiert. Damit wird dem unterschiedlichen Leistungsvermögen der Schwimmer Rechnung getragen. Jede Gruppe hat bestimmte Zielstandards. Wenn diese von den Kindern erfüllt werden **und** die innere Einstellung stimmt, wird die Gruppe gewechselt.

Es gibt die

- | | |
|-----------------|--------------------------------------|
| • Aufbaukurse | Schwimmlerngruppe im Kurssystem |
| • Aufbaugruppen | Anfängerbereich und Fortgeschrittene |
| • Mannschaft 2 | Leistungsgruppe |
| • Mannschaft 1 | Wettkampfgruppe |
| • Mastersgruppe | Schwimmen i. d. R. ohne Trainer |

Die Reihenfolge stellt ein Abbild der Leistung und des Trainingsaufwandes dar. Wenn ein Kind wenig schwimmerische Vorbildung hat, muss mit einer mittleren Verweildauer von 2 Jahren in den Aufbaugruppen gerechnet werden.

Das kann von Kind zu Kind differieren und wird ausschließlich durch die Trainer beurteilt, - auch wenn es immer wieder Eltern gibt, die nach einem halben Jahr unregelmäßigen Erscheinens bei fünfmaliger Trainingsteilnahme den Wechsel in die nächst höhere Gruppe „fordern“. Leider wird dabei vergessen, dass die Kinder damit überfordert werden und wir damit auf dem sichersten Weg wären, den Kindern den Spaß am Schwimmen zu nehmen.

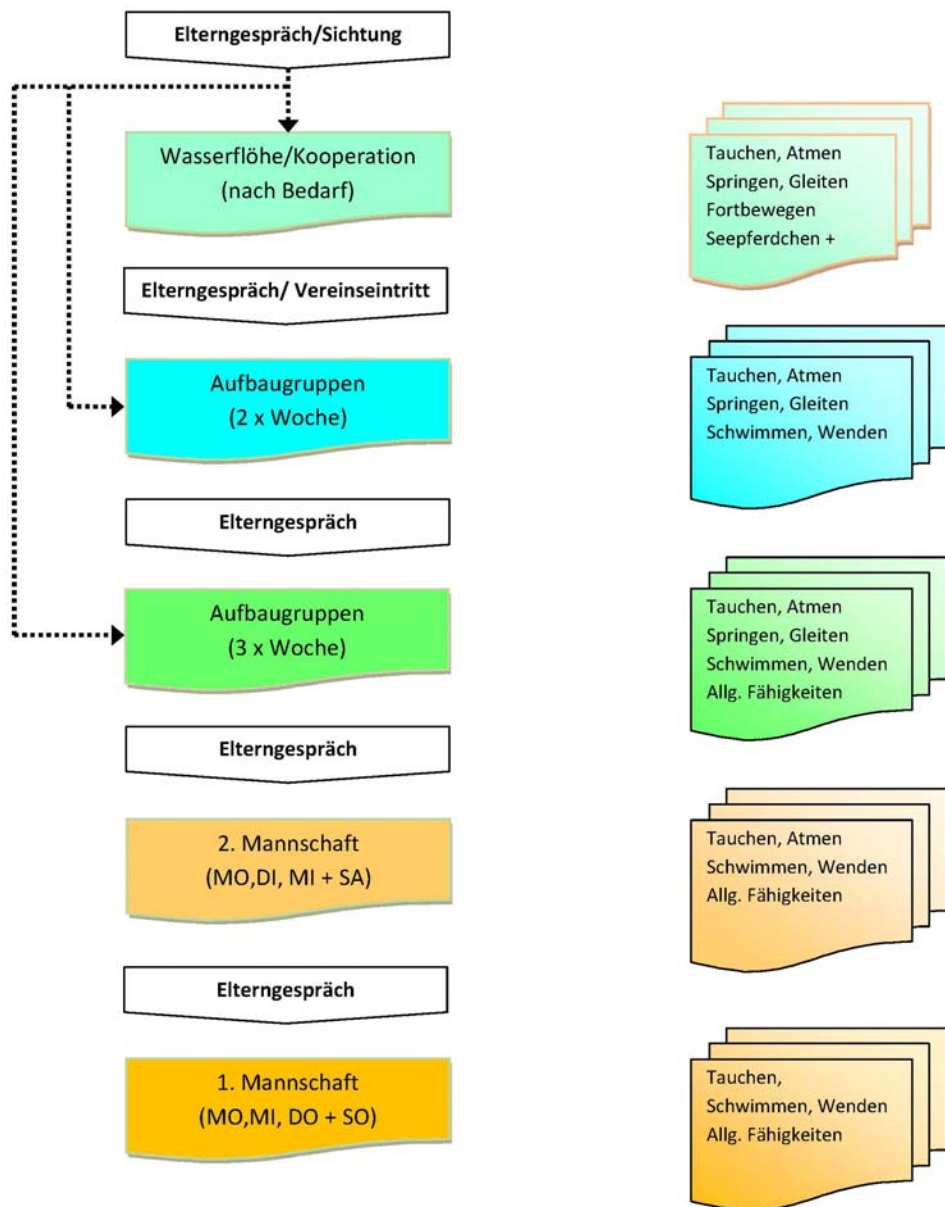
Das bedeutet auch, dass ein Wechsel in Gruppen mit weniger Trainingshäufigkeit möglich ist. Dafür ist in erster Linie die Anwesenheit im Training verantwortlich. Jedes Mitglied und deren Eltern setzen die Prioritäten gegenüber allen sonstigen Bedürfnissen des Lebens (Kindergeburtstage, Familienfeierlichkeiten, andere Sportarten) und alle Mitglieder unterliegen den Erfordernissen der Schule bzw. den Versäumnissen durch Krankheit. Dennoch gibt es Mitglieder, die ohne Probleme 90% oder eben nur 20% des angebotenen Trainings wahrnehmen. Daran wird sich die Gruppenzuordnung orientieren.

Vereinsinformation

Das Bestreben des Vereins ist es ohnehin, die Kinder so schnell wie möglich nach „oben“ zu bringen. Je weiter die Schwimmer sind, desto geringer wird der Aufwand, den der Verein betreiben muss, desto größer werden die individuellen Erfolge und desto mehr Kindern können wir über freie Gruppenkapazitäten die Freude am Schwimmsport vermitteln.

Bitte haben Sie dafür Verständnis, dass weder irgendwelche anderen Termine oder Fahrgemeinschaften Einfluss auf die Einteilung der Kinder haben. Die Trainingszeiten sind abhängig von Wasserzeit, Trainerverfügbarkeit und dem Leistungsstand. Wer an dieser Stelle eine alternative Planung erstellen möchte, der alle Bedürfnisse aller Vereinsmitglieder befriedigt, möge sich bitte mit dem Vorstand in Verbindung setzen.
Danke ☺

Verlauf der Ausbildung im SV Poseidon Limburg e. V. und dazugehörige Fähigkeiten



Vereinsinformation

Informationen

Der sicherste Weg, um an Informationen zu kommen, ist **mit anderen Vereinsmitgliedern oder den Trainern zu sprechen**.

Das ist jedoch sehr schwer, wenn die Kinder vor dem Bad nur aus dem Auto gelassen werden. Solange sich in der Folge niemand über fehlende Informationen aufregt und es auch in Kauf genommen wird, dass die Kinder 1 ½ Stunden alleine vor dem Bad warten müssen, weil es wegen technischer Probleme schließen musste, ist dieses Verhalten dem Verein auch egal.

Informationen erhalten Sie weiterhin über die **Info-Kästen**, die **in unseren Schwimmbädern** installiert sind. Im Hallenbad Offheim am Eingang rechts, im Hallenbad Diez am Eingang links, im Parkbad Limburg nach dem Eingang geradeaus und auch manchmal direkt im Vereinsheim.

Daneben gibt es aktuelle Infos über das Internet, facebook und **e-mails**. Dazu wäre es wichtig, dass Sie Ihre e-mail Erreichbarkeit bekannt geben und auch auf die **Homepage** schauen. Dort: www.poseidon-limburg.de finden Sie alle notwendigen Formulare, Listen und Pläne.

Bestimmte e-mail Adressen (z. B. aol) weisen Massenmails ab. Die Empfehlung wäre, sich einen alternativen account zu errichten und eine Weiterleitung der Nachrichten zu schalten.

Wenn Sie sich ein Bild über die Leistungen Ihres Kindes machen möchten, gehen Sie auf den zuständigen Trainer oder den Schwimmwart zu. Wir können aus zeitlichen Gründen nur im Ausnahmefall individuelle Ansprachen von Eltern durchführen.

Philosophie des SV Poseidon Limburg

Erinnern wir uns zurück:

Schwimmen - gut schwimmen zu können - ist ein bedeutungsvolles Erlebnis – oder auch eben nicht. Sich beim Besuch eines Schwimmbades ins „tiefe“ Wasser zu wagen, mit Freunden alleine ins Schwimmbad zu dürfen, der erste Sprung vom 3-Meter-Brett: Das sind unaustauschbare Erfahrungen, die alle Kinder machen sollten.

Nur einem sicheren Schwimmer eröffnen sich Freizeitbetätigungen wie Surfen, Kanu- oder Kajakfahren. Um wie viel erlebnisreicher ist ein Urlaub am Meer, wenn man mit Flossen, Schnorchel oder auch Tauchausrüstung ungestört Fische und Pflanzen beobachten kann? Und was ist mit der Altersgrenze? Wenn das Snowboard schon längst im Keller verstaubt - von gehobenem schwimmerischen Können zehrt man lebenslang.

In der Satzung des SV Poseidon Limburg e. V. finden sich Worte wie „Förderung des Schwimmsports und die Ermöglichung sportlicher Leistungen“. Wenn wir die Wurzeln des Wortes „Sport“ untersuchen, findet man Hinweise auf „Vergnügen“ „Freude an der Bewegung“ und „Wettkampf“.

Und nichts anderes möchte der SVPL. Seinen Mitgliedern die Möglichkeit bieten, in einem angenehmen Umfeld, mit guten Trainingsbedingungen, das schwimmerische Können so weiter zu entwickeln, dass die Teilnahme an Wettkämpfen möglich wird. Dazu bemühen sich die Trainer, den Schwimmern alle Stilarten des Schwimmens zu vermitteln und über ein bestimmtes Trainingspensum das Leistungsvermögen so auszubauen, dass sich über kurz oder lang Erfolge einstellen. Deshalb orientiert sich der Verein an dem Leistungsvermögen und der Leistungsbereitschaft der Schwimmer.

Vereinsinformation

Dabei soll dem Breitensport seinen Raum eingeräumt werden. Die Kinder sollen – wenn nötig auch über mehrere Jahre – den Spaß am Schwimmen entdecken und das kann auch funktionieren, wenn Sie nicht jedes mögliche Training besuchen. Dementsprechend kleiner werden allerdings die Erfolge und Fortschritte sein.

Eine Abgrenzung müssen wir fairerweise auch treffen. Wenn Sie einen Platz suchen, an dem Sie lediglich und vielleicht auch auf lange Sicht nur maximal einmal wöchentlich Ihre Kinder unterbringen möchten, ist der SVPL der falsche Platz.

T raining – ohne geht es leider nicht

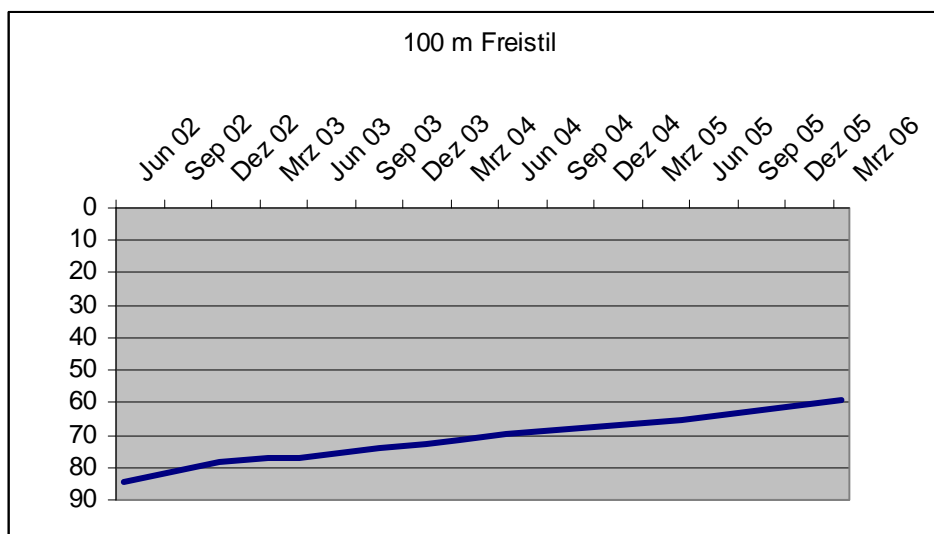
Schwimmen ist eine Sportart, die hohe Ansprüche an die Koordination und die Ausdauer stellt. Die richtigen Bewegungen zu erlernen, ist nur durch beständiges Training zu erreichen. Leider dauert es manchmal noch länger, Schwimmen falsch erlernte Bewegungen abzugewöhnen.

Elemente wie Atemtechnik, Tauchen, Gleiten, Springen, unterschiedliche Bein- und Armbewegungen, eingebettet in eine kraftvolle und homogene Gesamtbewegung werden von den Trainern altersgerecht und individuell angepasst vermittelt. Es muss auf Grund der Gruppengrößen natürlich ein Mittelweg gefunden werden. So wird es für den einzelnen Schwimmer anspruchsvolle Bestandteile von Stunden geben und Teile, die ihm locker von der Hand gehen. Das Training fördert und fordert Eigenverantwortung der Trainierenden. Jeder muss Wert darauf legen, sich intensiv seinen persönlichen Schwächen zu widmen – auch ohne den Hinweis des Trainers.

Es gilt die einfache Regel: Je mehr Training, desto früher wechsle ich die Gruppe und desto erfolgreicher bin ich.

Damit Sie einen Eindruck von der Entwicklung einer Schwimmleistung bekommen, hier ein Beispiel:

Trainingsaufwand im SVPL: Durchschnittlich 2-3 x Woche Schwimmen plus Trockentraining und 1 x Woche Ausdauertraining (Laufen)



Von 1,24 min auf 0,59 min in 100 m Freistil im Verlauf von 4 Jahren.

Vereinsinformation

Sie finden den kompletten Trainingsplan aller Gruppen im Internet oder im Aushang. Bitte immer rechtzeitig vor den angegebenen Trainingszeiten im Bad sein. Es ist für den Trainer nervig, immer wieder von vorne Erklärungen abzugeben und die Trainingsstunden haben auch einen bestimmten Aufbau, den ein Trödler durcheinander bringt.

Für den Eintritt in Diez finden folgende Regeln Anwendung:

An Feiertagen des Landes Rheinland-Pfalz (z. B. 01. November) findet kein Training in Diez statt, weder für die Aufbau- noch für die höheren Gruppen.

Der Zutritt zum Bad ist ab 10 min vor Beginn des Trainings zulässig.

Dazu ist das Vorzeigen des Deutschen Sportausweises erforderlich. Diesen Ausweis erhält jedes Mitglied kurz nach Abgabe der Eintrittserklärung in den Verein (Fertigung dauert ca. 2-4 Wochen).

Das Bad darf einzeln betreten werden. Ein Warten auf den Trainer oder die Trainerin oder das Bilden von Gruppen ist nicht erforderlich. Es wird erwartet, daß die Trainingsteilnehmer zu Beginn der Trainingszeit geduscht am Beckenrand sind.

Das Bad ist bis maximal 30 min nach Ende des Trainings zu verlassen (inklusive Umkleiden). Ein längerer Aufenthalt ist durch die Zutrittsgebühren des SV Poseidon nicht abgedeckt und unzulässig.

Der Eintritt im Parkbad ist über die Jahreskarte problemlos jederzeit möglich. Die Schwimmer gehen dann ins Vereinsheim, ziehen sich um und warten auf die Trainer. Wenn ältere Schwimmer dabei sind, sollen in Absprache mit den Schwimmmeistern die Wellenbrecherleinen schon eingezogen werden.

Für die Aufbaugruppen im Parkbad gilt grundsätzlich folgendes:

Bei strahlendem Sonnenschein und 30° C ist davon auszugehen, dass uns auf Grund der Auslastung des Bades um 17.00 Uhr keine Bahn zur Verfügung gestellt werden kann. Das Training wird damit an solchen Tagen ausfallen. Aus diesem Grund bleiben wir mit bestimmten Gruppen so lange wie möglich im Hallenbad Offheim. Das Hallenbad Diez schließt im Jahresverlauf früher; damit fällt diese Trainingsmöglichkeit weg.

Die Mannschaft 1 und 2 trainiert immer. Vor dem Schwimmtraining findet ein Laufen oder ein Kraft- Ausdauertraining statt und damit geht es erst ca. um 18.15 Uhr ins Wasser. Dadurch findet üblicherweise immer Training statt, egal wie gut (oder schlecht) das Wetter ist. Im Falle von Gewittern gehen die Schwimmer natürlich aus dem Wasser. Darauf achten jedoch bereits schon das Aufsichtspersonal und die Trainer.

Der Eintritt in Offheim ist nur möglich, wenn Sie Mitglied im Hallenbadverein Offheim sind. Eine günstigere Eintrittsmöglichkeit gibt es nirgendwo im gesamten Kreisgebiet! Die Schwimmer treffen sich jeweils vor Beginn der Trainingseinheit im Vorraum und können 5 Minuten vor Trainingsbeginn zum Umziehen und dem Einziehen der Wellenbrecherleinen in das Bad. Wir haben die Berechtigung, unsere Schwimm Taschen mit in das Bad zu nehmen. Da die Spinde gerade bei parallelem Badebetrieb nicht ausreichen, wird ausdrücklich darum gebeten, von dieser Berechtigung Gebrauch zu machen. Das Schwimmbadpersonal ist angewiesen, grundsätzlich keine Schlüssel auszugeben!

Offheim ist das Bad, das ideal für Anfänger ist. Wir haben Flachwasser, die notwendige Ruhe, gerade Samstags auch den erforderlichen Platz und vor allen Dingen ausreichend Trainer, um uns den Kindern in kleinen Gruppen zu widmen. Die Fortschritte in Offheim sind wesentlich größer als bei einmaligem Schwimmen/Woche in Diez (Tiefwasser und hochausgelastete Bahnen)

Vereinsinformation

Allgemein gilt:

- Wir schwimmen bei jedem Wetter, solange das Bad geöffnet ist.
- Jeder Schwimmer achtet selbstständig darauf, dass seine Anwesenheit vom Trainer registriert wird. Die Anwesenheit entscheidet mit über die Gruppenzugehörigkeit.
- Neuen Schwimmern gestatten wir ein dreimaliges „Schnuppern“. Danach werden eine Anmeldung und ein Vereinsbeitritt erforderlich. Dies gilt auch für den Beitritt in den Hallenbadverein Offheim.
- Für die Anfänger ist das Schwimmbad in Offheim, insbesondere an den Samstags-Trainingsterminen vorzuziehen.
- In der Regel fällt kein Trainingstermin aus. Es gibt auf Grund der Fluktuation und mangelhafter Erreichbarkeit keine Telefonketten. Wir bemühen uns immer um eine rechtzeitige Information bei einem solchen Ereignis, können aber keine Garantien übernehmen. Deshalb prüft bitte immer, bevor die Kinder vor dem Bad stehen gelassen werden, dass das Training stattfindet!
- Die Eltern werden ausdrücklich aufgefordert, nur gleichgeschlechtliche Sammelkabinen zu betreten oder mit ihren Kindern Einzelkabinen zu benutzen. Die Kinder und Jugendlichen haben ein Recht darauf, ihre individuelle Schamgrenze zu wahren und die Erwachsenen haben kein Recht, sich darüber hinwegzusetzen.
- Trainingsbeginn** ist die ausgewiesene Zeit **am Beckenrand**. Sie stören durch Zu-Spät-Kommen den Trainingsablauf. Es gibt Kinder, die durch permanente Verspätungen auffallen. Dies liegt in Ihrer Verantwortung!
- Beachten Sie die Gruppeneinteilung und zugewiesenen Trainingszeiten! Die Trainer sind angewiesen, die Kinder anderer Gruppen nicht zum Training zuzulassen. Der Verein lehnt jegliche Aufsichtspflichten gegenüber vor dem Bad (durch die Eltern) aus dem Auto gelassenen Kindern ab. Die Aufsicht endet und beginnt am Beckenrand!

In allen Bädern sind die Schwimmer des SVPL Gäste oder wiederum selbst Mitglieder. Und wie Gäste verhalten wir uns auch. Das betrifft die Lautstärke, das allgemeine Verhalten und den Umgang mit den Einrichtungen des Bades.

Eine wichtige Ergänzung des Schwimmtrainings ist das Trockentraining. Mittwochs von 18.00 bis 20.00 Uhr nutzen wir dazu die neue Sporthalle der Marienschule in Limburg. Die Kinder haben die Möglichkeit, außerhalb des Wassers miteinander zu spielen und unter professioneller Anleitung Elemente wie Kraft, Ausdauer und Koordination auszubauen. Und das in einem Umfang und einer Intensität, wie es kein Schulsport kann – oder wie häufig sind Sie in der Schule mit Ihrer Klassenstärke z. B. Trampolin gesprungen?

Wenn Sie für das Training auf der Suche nach Fahrgemeinschaften sind, einfach eine mail an den Vorstand. Wir rufen zurück und es gibt sicher jemanden in der Nähe, der sich für eine Fahrgemeinschaft eignet.

Vereinsinformation

Meisterschaften

In Hessen gibt es eine Vielzahl von Schwimmvereinen. Jeder Verein kann nach vorheriger Anmeldung und Beachtung bestimmter Regeln eigene Schwimmwettkämpfe veranstalten.

Der SVPL führt grundsätzlich einmal im Jahr eine eigene vereinsinterne Meisterschaft durch. Offizielle Wettkämpfe verlangen einen hohen organisatorischen Aufwand und finden in größeren Abständen statt. Die offiziellen Wettkämpfe ermöglichen es den Schwimmern, im Laufe des Kalenderjahres Pflichtzeiten zu erbringen, die ihnen den Zugang zu Bezirksmeisterschaften (es gibt in Hessen vier Bezirke), Hessischen Meisterschaften, süddeutschen Meisterschaften oder deutschen und auch internationalen Meisterschaften zu ermöglichen – man muss nur schnell genug schwimmen ☺.

Mehr Infos und die Termine dazu gibt es auf unserer Homepage oder unter:

www.hessischer-schwimm-verband.de

Vorstand

Ohne ehrenamtliches Engagement läuft nichts.

Ehrenamtlich bedeutet, dass die Mitglieder des Vorstandes für Ihre Tätigkeit nicht entlohnt werden.

Das bedeutet, dass die Besorgung von Badebekleidung, Schwimmbrillen, Flossen, Schwimmbrettern, T-Shirts, Teilnahme an monatlichen Vorstandssitzungen, Organisation von Weihnachtsfeiern oder Neujahrsempfängen, Jugendveranstaltungen, Trainingslagern, 24-h Schwimm-Events, Vereinsmeisterschaften, Vereinswettkämpfen, Schriftverkehr mit den Trainingsstätten, der Stadt Diez, Stadt Limburg, dem Hallenbadverein Offheim, dem Finanzamt, dem Amtsgericht, dem Landessportbund, dem Hessischen Schwimmverband, dem Deutschen Schwimmverband, dem Jugendherbergswerk, der Unterhaltung einer Internetpräsenz und der Verwaltung und Pflege des Vereinsheims, das Herumärgern mit Mitgliedern, die Ihre Beiträge nicht zahlen, usw. ohne jegliche Vergütung stattfindet.

Dieser Vorstand hätte übrigens grundsätzlich auch was „Besseres“ zu tun, als sich diesen Dingen zu widmen. Nur müssten sich Ihre Kinder dann vermutlich eine andere Freizeitbeschäftigung suchen – denken Sie bitte daran, wenn wir um Mithilfe bitten.

Wir hoffen, dass wir Ihnen/Euch mit dieser Information weiter helfen konnte und freuen uns über Anregungen und Verbesserungsvorschläge.

Der Vorstand