

www.delphin-sport.de

Vereine

Info's über die Delphin-Sport Zentrale

Für alle, die sich bei Delphin wohlfühlen und egal ob Breitensport- oder leistungsorientiert bei uns aktiv werden wollen, bieten sich folgende Trainingsmöglichkeiten.
(Näheres entnehmen Sie bitte unserem Vereinsprospekt)

SSSV Blau-Gelb Delphin e.V.

Schwimmen

Die Schwimm Talentschmiede im Ruhrgebiet und Spezialist für Schwimmsporttrainingslager, insbesondere im Schnee.

SV Delphin Tria Kettwig e.V.

Triathlon

Leistungsorientiertes Arbeiten, Trainieren und Lernen im Schwimmen, Radfahren und Laufen für Kinder, Jugendliche und Topathleten.

Schwimmen

Training für Nachwuchs, offene Klasse oder Masters. Die Athleten von Tria Delphin gehören zu den Besten im Pott.

Gesundheitssport

Wassergymnastik
Aerobic
Gymnastik
Rückenschule

WASPO Delphin Bochum e.V.

Schwimmen

Spezialist für Bambinis (8Jahre und jünger)

Breiten- und Freizeitsport

Tennis, Surfen und Segeln.

SG Essen 8

Hochleistungsschwimmteam für außerordentlich talentierte Delphine.

Anfragen und Anmeldung

Delphin Sport Zentrale
Hüskenbörde 15-17
45136 Essen
direkt an der Ruhrallee

Tel.: 0201/263615
0201/261797
Fax: 0201/268875

für folgende Kursorte:

Essen-Bergerhausen
Hüskenbörde 15-17
45136 Essen

Essen-Kettwig
Wilhelmstr. 5
45219 Kettwig

Hattingen
August-Bebel-Str. 8-10
45525 Hattingen
(im Rehazentrum Ortho Mobile)

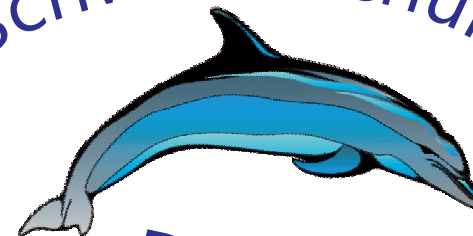
Anfragen und Anmeldung

Delphin Sport Mülheim
Tilsiterstr. 104
45470 Mülheim

Tel.: 0208/4449344
Fax: 0208/7403281

email: info@schwimmschulen-delphin.de
www.schwimmschulen-delphin.de

Schwimmschule



Delphin

Inh. Heinz Kammann

Schwimmschulen
für
Babys, Kleinkinder, Bambinis,
Kinder und Erwachsene

Private Schwimmbäder mit warmem Wasser

Anfänger- und Fortbildungsunterricht
nach neuesten Erkenntnissen aus
Wissenschaft und Forschung

Wir bieten Ihnen

hochqualifizierte und geduldige Pädagogen
Unterricht ohne Zuschauer und Zeitdruck
Kleingruppenunterricht in Warmwasser
Ausbildung ohne Tauchzwang
individuelle Betreuung

Babykurse

ab dem 3. Monat bis zum 4. Lebensjahr

Babykurse (BKI + BKII)

Die Babyschwimmkurse setzen sich zum Ziel, die Schwimmreflexe der Kleinen zu wecken, sowie durch unsere spezielle Babywassergymnastik rechtzeitig gegen Haltungsschäden vorzubeugen. Anhand kontrollierter Belastungsübungen soll die optimale Funktion des Herz-Kreislauf-Systems angeregt werden.

Unter der Prämisse "Spaß soll es den Kleinen machen" möchten wir den Babys eine solide und kontinuierliche Schwimmbildung bieten, die garantiert, dass unsere Lieblinge früher als ihre Altersgenossen im Wasser perfekt sind. Um dies zu schaffen, heißt es, regelmäßig einmal pro Woche zur Übungsstunde zu kommen. Ein geringer Aufwand, der sich für die ganze Familie lohnt.

Kleinkinderkurs (KK)

In diesem erfolgreichen Kurs werden die Kinder, abgestimmt auf ihren Alters- und Leistungsstand, kindgerecht so geschult, dass die Kleinen sich mit viel Spaß im Wasser pudelwohl fühlen und lernen sich im Wasser frei zu bewegen.

Bambinikurs

Dieser Ergänzungskurs für Teilnehmer aus unseren Kleinkindergruppen richtet sich an die ca. 3-Jährigen, die bereits den Kindergarten besuchen. Mit viel Spaß und Freude absolvieren die "Großen" in diesem Kurs schon die ersten Schwimmprüfungen. Hervorzuheben ist, dass dieser Kurs ohne Eltern stattfindet und auch aus diesem Grund den Kindern eine völlig neue Erfahrung bietet. Somit wird nicht nur der sportliche Aspekt gesehen, sondern die Kinder entwickeln ein tolles Selbstbewusstsein und ein gutes soziales Gruppenverhalten.

Kinderkurse

ab dem 4. Lebensjahr

Kinderkurs I (KI)

Der Erfolgskurs aus unserem Programm. Immer wieder begeistert unsere spielerische Pädagogik Kinder und Eltern gleichermaßen. Ziel des Kurses ist das Beherrschen des freien Brustschwimmens mit abschließender Seepferdchenprüfung, zu der auch das Springen und Tauchen gehört. Als Belohnung für die ersten Meter freies Schwimmen absolvieren die Kinder den Neuschwimmer, auch Pinguin-Abzeichen genannt.

Kinderkurs II (KII)

Unser beliebter Aufbaukurs hat das Ziel, das Schwimmen in der Brustlage noch zu verfeinern und in der Rückenlage zu erlernen. Dieser Kurs sollte direkt auf Kurs I folgen. Besonders die Ausdauer und die Wassersicherheit der Kinder, auch in schwierigen Situationen, wird hier gefestigt, wie z.B. bei dem Kleiderschwimmtest, den die abschließende Delphin-Abzeichen-Prüfung beinhaltet.

Kinderkurs III (KIII)

Dieser Ergänzungskurs dient als Vorbereitungslehrgang auf die Schwimmprüfungen Bronze, Silber und Gold, den sogenannten Führerschein im Schwimmen, der die Beherrschung aller Schwimmstilarten, wie Rückenkräulen und Kräulen erfordert. Dieser Kurs kann nur in der Hüskenbörde angeboten werden.

Erwachsenenkurse

bis ins hohe Alter

Erwachsenenkurs I (EKI)

Ob mutig oder ängstlich, werden die Erwachsenen ohne Zuschauer nach hauseigener Methode behutsam, d.h. ohne Tauchzwang, unterrichtet. Am Ende können Sie dann frei durch das Becken schwimmen.

Erwachsenenaufbaukurs II (EKII)

Aufbauend auf das Erlernte versuchen wir Ausdauer, Atemtechnik, Armzug und Beinbewegung zu verbessern, so dass Sie zum Schluss absolut sichere Könnern im tiefen Wasser sind. Nebenbei probieren wir noch das Rückenschwimmen, sowie andere Schwimmstilarten z.B. Kräulen. Wer möchte kann auch mal einen Sprung ins Becken wagen oder sich in die "Unterwasserwelt" begeben.

Erwachsenenschwimmclub (EC)

Für jeden, der nach einem unserer Schwimmlehrgänge "vorläufig" genug gelernt hat, aber weiter bei uns im warmen Wasser schwimmen möchte.

Wassergymnastik

Mit den, oft musikalisch untermalten, gymnastischen Übungen verfolgen wir vorbeugende und lindernde Ziele für unseren ja häufig vernachlässigten Bewegungsapparat. Wir versuchen die Problemzonen, wie Rücken, Knie und Hüfte therapeutisch zu aktivieren. Durch die vorteilhafte Unterstützung des Elementes Wasser und der daraus resultierenden Leichtigkeit, fällt dieses nicht so schwer wie "an Land". Daneben beabsichtigen wir auch die sogenannte Fettreduktion einzuleiten, die automatisch bei regelmäßigem, kontrolliertem Sport einsetzt und sich im Wasser enorm erhöht. Und Spaß macht es auch noch.