

Delphin Vereine

Info's über die
Delphin-Sport Zentrale
www.delphin-sport.de

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
Gymnastik
Rückenschule

WASPO Delphin Bochum e. V.

Schwimmen
Spezialist für Bambinis (8 Jahre und jünger)

Breiten- und Freizeitsport
Surfen und Segeln

Anfragen und Anmeldung

Delphin Sport Zentrale Essen
Hüskenbörde 15-17
45136 Essen
direkt an der Ruhrallee/A 52

Fon: 0201 263615
Fon: 0201 261797
Fax: 0201 268875
Mail: info@schwimmschulen-delphin.de

für folgende Kursorte:

Essen-Bergerhausen
Hüskenbörde 15-17
45136 Essen

Essen-Kettwig
Wilhelmstr. 5
45219 Essen-Kettwig

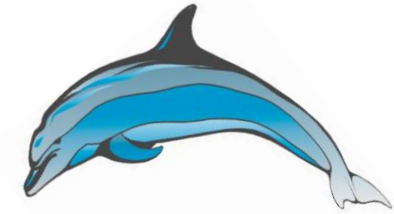
Hattingen
August-Bebel-Str. 8-10
45525 Hattingen
(im Rehazentrum Ortho Mobile)

Anfragen und Anmeldung

Delphin Sport Mülheim
Tilsiter Straße 104
45470 Mülheim
Nähe Flughafen

Fon: 0208 4449344
Fon: 0208 3770286
Fax: 0208 7403281
Mail: info-muelheim@schwimmschulen-delphin.de

Schwimmschule Delphin



Inhaber 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 im Warmwasser
Ausbildung ohne Tauchzwang
individuelle Betreuung



Baby- & Kleinkinderkurse

ab dem 3. Monat bis zum 4. Lebensjahr

Baby- & Kleinkinderkurse (BKK)

Die Baby- und Kleinkinderschwimmkurse 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 und Kleinkindern eine solide und kontinuierliche Schwimmausbildung bieten. In diesem erfolgreichen Kurs werden die Kleinen, abgestimmt auf ihren Alters- und Leistungsstand, kindgerecht so geschult, dass sie sich mit viel Spaß im Wasser pudelwohl fühlen und lernen, sich mit der Zeit im Wasser frei zu bewegen.

Um dies zu schaffen, heißt es regelmäßig einmal pro Woche zur Übungsstunde zu kommen. Ein geringer Aufwand, der sich für die ganze Familie lohnt.

Bambinikurs (Bam)

(Abzeichen: Frosch)

Dieser Ergänzungskurs für Teilnehmer aus unseren Kleinkindergruppen richtet sich an die ca. 3 1/2-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 bereits 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 (K1)

(Abzeichen: Pinguin & Seepferdchen)

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 (K2)

(Abzeichen: Delphin)

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 den K1-Kurs folgen. Besonders die Ausdauer und die Wassersicherheit der Kinder, auch in schwierigen Situationen, wird hier gefestigt, wie z. B. bei dem Kleiderschwimmtest, der die abschließende Delphin-Abzeichen-Prüfung beinhaltet.

Des Weiteren dient dieser Kinderkurs II als Vorbereitungslehrgang auf das Jugendschwimmabzeichen Bronze sowie für den Wechsel in einen unserer Vereine. Diese bieten das Training in den öffentlichen Bädern und somit in den größeren Schwimmbecken an. Dort können die Kinder dann das Silber- und Goldabzeichen, den sogenannten Führerschein im Schwimmen, absolvieren, der die Beherrschung aller Schwimmstilarten, wie Rückenkräulen und Kräulen erfordert.



Erwachsenenkurse

bis ins hohe Alter

Erwachsenenkurs I (EK1)

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

Erwachsenenaufbaukurs II (EK2)

Aufbauend auf das Erlernte versuchen wir Ausdauer, Atemtechnik, Armzug und Beinschlag zu verbessern, so dass man zum Schluss absolut sicherer Schwimmer im tiefen Wasser ist. Des Weiteren erlernt man noch das Rückenschwimmen sowie andere Schwimmstilarten wie z. B. Kräulen. Wer möchte, kann auch mal einen Sprung ins Becken wagen oder sich in die „Unterwasserwelt“ begeben.

Wassergymnastik (WG)

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.

