



## Trainingslager für die gesamte Familie

Oster-Ski- und Schwimmtrainingslager für alle Delphinfamilien  
Sonntag, 28.03.2021 bis Montag, 05.04.2021

Neben dem Oster-Schwimmleistungscamp für Wettkampfschwimmer, bieten wir auch von Sonntag, 28.03.2021 bis Montag, 05.04.2021 ein Familienostercamp im Sporthotel Kogler in Mittersill an. Eingeladen sind insbesondere die schwimm- und skisportinteressierten Familien, die sich zum einen über ein nettes Osterprogramm freuen und zum anderen mit ihrer Anwesenheit und Teilnahme unseren Verein unterstützen wollen. Das Hotel verfügt über eine eigene Schwimmhalle mit 25 m Becken, Wellness- und Beauty-Oase, Tennis- und Kletterhalle, Kinderreitstall und Bikestation sowie Fitnessstudio und Saunalandschaft. Es handelt sich also um eine Premiumlocation in den Kitzbüheler Alpen. Vor Ort bieten wir eine Ski- und Schwimm- sowie eine Sport- und Schwimmgruppe mit festen Tagesabläufen durch die Betreuung unseres Trainerteams an. Selbstverständlich können die Eltern während der Zeit die Sportgruppen ihrer Kinder begleiten, insbesondere beim Skifahren. Gegen Aufpreis können auch Privatunterricht oder auch einzelne Stunden in anderen Gruppen sowie Gruppenthopping gebucht werden. Jede Familie organisiert die Anreise selbst und bucht ihr Lieblingszimmer direkt bei der Hotelleitung.

**Fahrtenleiter u. Co:** Heinz Kammann und Tina Mosen  
**Teilnehmerkosten:** 99,00 € pro Kind  
**Veranstalter:** Wassersportclub Blau-Gelb Delphin Bochum e.V.

Talentecamp mit Familien im Ferienzentrum Schloss Dankern/Haren an der Ems  
Mittwoch, 11.08.2021 bis Sonntag, 15.08.2021

Das Ferienzentrum Schloss Dankern liegt in Haren an der Ems. Wir laden alle Delphinkinder ein, mit Sabine Bieber, der Bochumer Cheftrainerin, an unserem Talentecamp in Haren teilzunehmen. Der Lehrgang geht von Mittwochnachmittag bis Sonntagmorgen. Die Kinder werden von wenigstens einem Eltern- oder Großelternanteil begleitet, die auch am Sportprogramm teilnehmen sollten. Täglich gibt es drei Sporteinheiten, morgens den Frühsport, in der Mittagszeit das Radfahren und am späten Nachmittag das Schwimmtraining. Des Weiteren besteht die Möglichkeit für die Eltern und älteren Schwimmer bzw. Geschwisterkinder, am Parallelangebot „Golfen mit dem Chef der Mission“, gegen eine Zusatzgebühr teilzunehmen. Die Unterkunft (Apartmenthäuser) wird von den teilnehmenden Familien selbst gebucht. Ob Ferienzentrum, umliegende Apartments, Pensionen oder Zimmer auf Bauernhöfen, jeder bucht die Unterkunft nach seinen individuellen Vorstellungen.

**Fahrtenleiterin:** Sabine Bieber  
**Veranstalter:** Wassersportclub Blau-Gelb Delphin Bochum e.V.

Training im Familienurlaub auf Fuerteventura in den Herbstferien  
Montag, 11.10.2021 bis Freitag, 22.10.2021

Auch in den Herbstferien 2021 geht es wieder zu Europas erster Adresse für Topsportler, nämlich nach Fuerteventura ins Las Playitas. Wir bieten vor Ort jeden Tag ein Schwimmtraining für die Kinder zur Verbesserung der eigenen Leistung und zusätzlich am Nachmittag eine gemeinsame Eltern/Kind Einheit mit individuellem Schwimmprogramm an. Jeder Teilnehmer bucht seinen Aufenthalt selbst und bestimmt die Aufenthaltszeit nach seinen eigenen Möglichkeiten. Wir bieten unsere Sportprogramme von Dienstag, 12.10.2021 bis Donnerstag, 21.10.2021 an. Selbstverständlich bietet unsere Cheftrainerin in den Nachmittagsstunden auch ihre beliebten und erfolgreichen, privaten Einzelstunden, zur Verbesserung der Schwimmtechniken, an. Daneben besteht natürlich auch bei dieser Fahrt die Möglichkeit, sich bei unserem Chef der Mission in das muntere Golfprogramm „Schnuppere Golfen mit Heinz für Jedermann“ einzubuchen. Sehr Golfinteressierte können dieses Programm erweitern und mit dem Golflehrer vor Ort noch ein paar Einzelstunden vereinbaren, um sich sofort auf die Platzreife vorzubereiten.

**Fahrtenleiter u. Co:** Heinz Kammann und Manuela Fistarol  
**Veranstalter:** Wassersportclub Blau-Gelb Delphin Bochum e.V.

Familien Silvesterfahrt nach Zell am See  
Montag, 27.12.2021 bis Montag, 03.01.2022

Zum Jahreswechsel fahren wir zum Gut Wolferl nach Zell am See, um dort zu trainieren und gemeinsam Silvester zu feiern. Die Wohnanlage verfügt über einen Campingplatz, eine Pension und ein Hotel. Sozusagen für jeden Geldbeutel die optimale Unterkunft. Das Besondere ist, die Wohnanlage verfügt über ein 50 m Hallenbad, das wir jeden Morgen für zwei Stunden nutzen wollen, um unsere Trainingseinheiten zu absolvieren. Am Nachmittag geht es dann für zwei bis drei Stunden zum Skilanglauftraining, um die Ausdauer zu fördern. Wer will, geht am Abend noch eigenständig in den Fitnessraum oder ins Schwimmbad. Hierfür bekommt man selbstverständlich auch einen Trainingsplan. Ansonsten ist Relaxen und Ausruhen angesagt. Da die Anlage über Neujahr sehr früh ausgebucht ist, empfehlen wir jeder Familie so früh wie möglich zu buchen und uns dann davon in Kenntnis zu setzen, denn wir buchen auch erst, wenn wir wissen, dass wenigstens drei Delphinfamilien vor Ort sein werden. Für die Topschwimmer empfehlen wir im Anschluss darauf ins 30 km Mittersill zu wechseln, um das Trainingslager noch einmal um zehn Tage zu verlängern. So kann man sicher sein, dass wir mit besten Voraussetzungen die Weihnachtsferien genutzt haben, um uns in Topform zu bringen, ohne, dass wir die Schule vernachlässigen mussten.

**Fahrtenleiterin:** Heinz Kammann oder einer seiner Vertreterinnen  
**Veranstalter:** SSSV Blau-Gelb Delphin e. V.

## Trainingslager für Master

Masterfahrt nach Nijmegen  
Freitag, 16.04.2021 bis Sonntag, 18.04.2021

Unsere alljährliche Masterfahrt geht in diesem Jahr in die Niederlande nach Nijmegen ins Hotel Sandome. Das Hotel bietet ein Schwimm- und Saunaparadies, einen professionellen Fitnesssalon, für die Damen eine Schönheitsfarm, für die Herren ein Fitnesscenter und vier Spezialitäten Restaurants, die sich zum Ziel gemacht haben, uns eine gesunde Ernährung zu garantieren. Außerdem liegt das Hotel in einer wunderschönen Golfanlage. Nicht weit vom Hotel befinden sich riesige Mehrzweckturnhallen, für alle möglichen Sportarten. Neben den vielen Schwimmbädern in der Umgebung, gibt es auch das Schwimmzentrum mit der 50 m Bahnanlage, in der auch des Öfteren die niederländische Nationalmannschaft trainiert. Wir würden sagen, das sind genau die richtigen Voraussetzungen, die unsere Master brauchen, um sich noch einmal den besonderen Kick für die Saison zu holen.

**Fahrtenleiter:** Heinz Kammann und Anneliese Longrée  
**Veranstalter:** SV Delphin Tria Kettwig e. V.

## Saisonabschlussfahrt

Jugendabschlussfahrt nach Xanten  
Freitag, 02.07.2021 bis Sonntag, 04.07.2021

Nicht weit von Essen entfernt, gibt es die Nord- und Südsee bei Xanten. Alle Schwimmer, die einen Punkt für die Delphin Vereine geholt haben, sind eingeladen, entweder in der Jugendherberge von Xanten oder auf dem Campingplatz Xanten, mit uns die Saison gebührend zu beenden, so dass wir alle Sportler freudig in die Ferien entlassen dürfen. Selbstverständlich bitten wir die Eltern Fahrgemeinschaften zu bilden und die Kinder samstags dort hinzubringen und am Sonntag wieder abzuholen. Insbesondere bei Sonnenschein ist die Xantener Nord- und Südsee eines der schönsten Ausflugsgebiete in NRW. Insofern ist diese Fahrt ein Geheimtipp für alle Delphine und wir rechnen mit Allen und Allem.

**Fahrtenleiterin:** Christiane Bähre  
**Veranstalter:** alle Delphin Vereine

Weitere Infos im Internet unter [www.delphin-sport.de](http://www.delphin-sport.de)  
oder in unserer Delphin-Zentrale unter Tel.-Nr.: 0201 / 26 36 15