

INFO

Schwimmclub Fricktal



Schwimmen die Qualitätssportart
weil's Spass macht und gesund ist

UNSERE TRAINER

UNSERE TRAINER

HABEN EINE CHLORREICHE

HABEN EINE CHLORREICHE

VERGANGENHEIT

VERGANGENHEIT

Member of
swiss
swimming



SWISSLOS
Sportfonds Aargau

RAIFFEISEN

DA
DANIEL AUTOMOBILE

Steinackerweg 12, Mumpf
www.danielauto.ch, Tel. 051 851 30 20



www.scfricktal.ch

die Mobilier

Hasler
Gartenbau
4315 Zuzgen 061 875 90 60

Im Schwimmclub Fricktal...

... lernen die Kinder durch gezieltes Training die vier Stilarten Rücken, Crawl, Brust und Delphin und verbessern ihre Ausdauer mit dem Ziel, dass Gross und Klein Freude am Schwimmen haben. In den Wettkampfgruppen entwickeln die Kinder einen gesunden Ehrgeiz und lernen Erfolge und Niederlagen an Wettkämpfen mental zu bewältigen. Wir erwarten einen regelmässigen Trainingsbesuch nach den Vorgaben des Clubs. Das positive, sportliche Teamerlebnis, ist ein wichtiger Teil unserer Clubphilosophie.

Wir bieten...

- ◆ Schwimmgruppen für Kinder und Erwachsene mit kontinuierlichem Leistungsaufstieg bei Kindern
- ◆ Einstieg jederzeit möglich
- ◆ Ausgebildete Leiter (J+S, SLRGbrevet, SSCHV)
- ◆ Wettkampfteilnahme
- ◆ Bis zu 5 Mal zwei Stunden Training pro Woche für Leistungssportler
- ◆ Trainingslager
- ◆ Sportliche Kameradschaft
- ◆ Nebensportliche Clubanlässe für Kinder und Eltern
- ◆ Betreute Wettkämpfe bis Schweiz. Nachwuchsmeisterschaften

Eintrittsbedingungen...

- ◆ ab ca. 7 Jahre Test : Level 7 od. Eisbär der Schwimmschule
- ◆ 50m Crawl-, Rücken- und Brustschwimmen Grobform
- ◆ Startsprung
- ◆ Einfache Crawlwende
- ◆ Korrekte Atmung (unter Wasser)
- ◆ Die Bereitschaft regelmässig zu trainieren

Die Jahresmitgliedschaft kostet...

Fr. 750.-*	Team 1
Fr. 700.-*	Team 2
Fr. 650.-*	Team 3
Fr. 500.-*	Team 4 (Einstiegsgruppe ab 7 Jahre)
Fr. 450.-*	Masters
Fr. 450.-*	Breitensport Schwimmer

Das Vereinsjahr dauert von 01. August bis 31. Juli.

* Die Mitglieder können ein Schwimmbad-Jahresabonnement zum ½-Preis an der Schwimmbadkasse beziehen. (nur von Januar-Dezember möglich!)

Gruppenübersicht

Team 1

Ziele: Alle 4 Lagen Feinform
Alter: ab ca. 12 Jahren
Pflichttrainings: 4-5 x pro Woche
Anzahl Wettkämpfe: ca. 7-10 pro Jahr

Team 2

Ziele: Crawl, Rücken, Brust Feinform, Delphin Grobform
Alter: ab ca. 10 Jahren
Pflichttrainings: 3-4 x pro Woche
Anzahl Wettkämpfe: ca. 7-10 pro Jahr

Team 3

Ziele: Crawl und Rücken Feinform, Brust Grobform
Alter: ab ca. 8 Jahren
Pflichttrainings: 2-3 x pro Woche
Anzahl Wettkämpfe: ca. 4-5 pro Jahr

Team 4

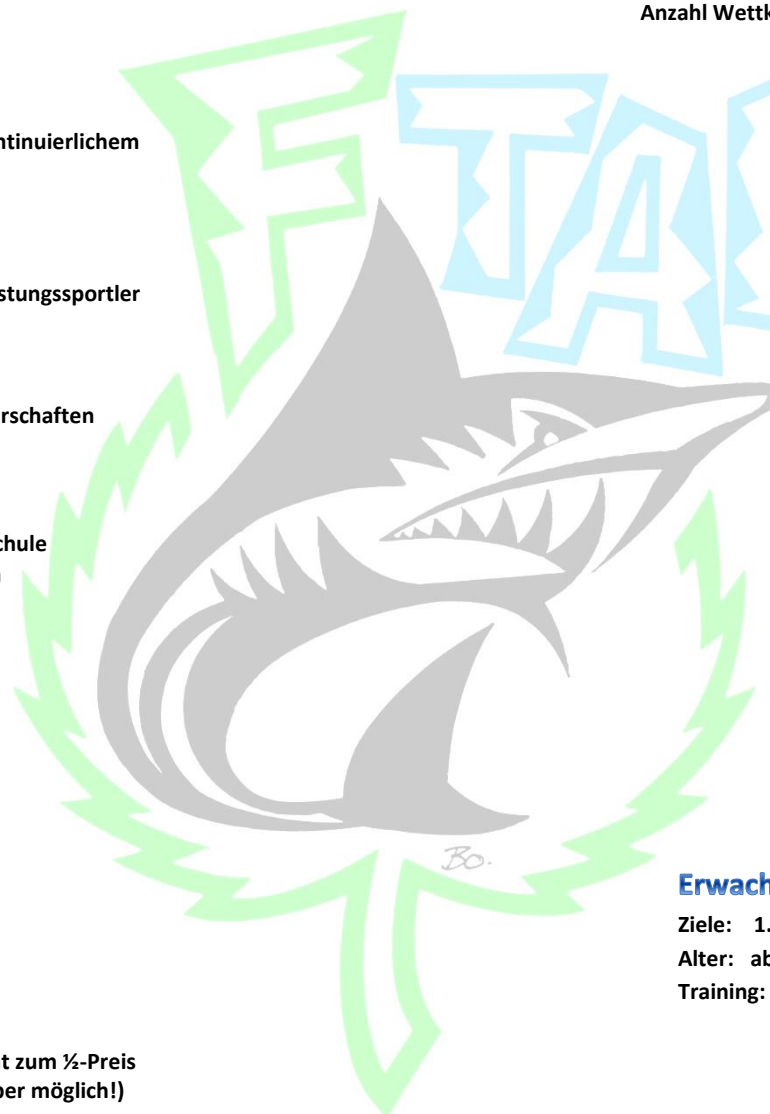
Ziele: Verbesserung der Schwimmtechniken in Crawl, Rücken, Brust
Einstieg in den Schwimmclub. Falls gewünscht können erste Wettkampferfahrungen gesammelt werden.
Alter: ab ca. 7 Jahren
Trainings: empfohlen 1 - 2 x pro Woche
Wettkämpfe: freiwillig

Breitensport

Ziele: Alle 4 Lagen
Alter: ab ca. 10 Jahren
Training: 1 x pro Woche

Erwachsene Master

Ziele: 1.5 km Crawl Feinform
Alter: ab 18 Jahren
Training: 1-2 x pro Woche, Mo/Fr, 20.00h



Bei Interesse wenden Sie sich an:
Sekretariat, sekretariat@scfricktal.ch