

## Mehr als Schwimmen



**Jeden Dienstag treffen sich im Hallenbad Geroldswil die Jugendgruppen der SLRG Altberg zum Training. Doch was lernen die Kinder und Jugendlichen in unseren Trainings, was nicht jeder Schwimmclub bietet? Wir bieten einen Einblick.**

«Was isch dän daaaaas?», fragen die Mädchen sogleich neugierig, als sie «Willi» erblicken. Ein Junge, der schon länger im Training dabei ist, nimmt dem Leiter die Antwort vorweg: «Dee musch dänk rettää!»

Der «Willi», wie er vom Verein liebevoll genannt wird, ist eine Puppe, welche man mit Wasser füllen kann, um das Gewicht eines Menschen nachzuahmen. Dann können damit die verschiedenen Rettungsschwimmgriffe geübt werden. Unseren Leitern hilft er auch bei der spielerischen Einführung in die ernste Thematik der ersten Hilfe und des Rettungsschwimmens.

Immer Dienstagsabends während der Schulzeit finden die Trainings der Jugendgruppen statt. Zuerst trainieren die «Kleinen». Ab elf Jahren können wasserbegeisterte Kinder bei dieser Gruppe mitmachen. Das Hauptaugenmerk liegt bei dieser Gruppe auf dem Erlernen und Verbessern der verschiedenen Schwimmtechniken und ersten Einführungen in das Thema «Wasser und Sicherheit».

Wo sind die Gefahren im Hallenbad oder in der Badi? Wann ist es gefährlich im See? Wie hole ich Hilfe? Wer kann mir im Ernstfall helfen?

Im Vordergrund steht eine Sensibilisierung auf die Gefahren die das Wasser birgt und das gezielte «Hilfegolen» in Ernstfällen.

In der zweiten Gruppe mit Jugendlichen von dreizehn bis etwa sechzehn Jahren konzentrieren wir uns auf das Erarbeiten des Jugendbrevets. Das Jugendbrevet ist der erste Ausweis, den man beim Rettungsschwimmen erlangen kann. Es wird während des Kurses daraufhin vorbereitet und geprüft. Den Jugendlichen wird beigebracht, wie sie einem Menschen aktiv in einer Notlage im Wasser oder auch an Land helfen können. Ebenfalls lernen sie die vielfältigen Hilfsgeräte des Rettungsschwimmens kennen und sammeln erste

Erfahrungen in der ersten Hilfe. Das Jugendbrevet ist auch die Lizenz, welche als Zulassung zu verschiedenen Rettungsschwimmwettkämpfen dient. Es besteht alljährlich die Möglichkeit an den Regionalmeisterschaften und in regelmässigen Abständen an den Schweizermeisterschaften im Rettungsschwimmen teilzunehmen.

Doch die Highlights jedes Trainings bleiben die Spiele und Stafetten. Teamwork und Spass sind ein wichtiger Bestandteil jedes Trainings. Unser junges Leiterteam ist bemüht abwechslungsreiche, lustige Trainings zu gestalten. Alle sind selbst aktive Mitglieder und Wettkämpfer bei der SLRG Altberg und verfügen über Ausbildungen im Bereich Rettungsschwimmen. Regelmässig lassen sie sich weiterbilden. Zudem stehen sie in engem Kontakt zum Team des Hallenbads Geroldswil.

Die zwei kleinen Gruppen ermöglichen uns auf jedes Kind individuell einzugehen. Doch wir freuen uns immer auf Zuwachs!

Alle wasserbegeisterten Kinder, die noch etwas mehr als «nur» Schwimmen lernen wollen, sind herzlich willkommen zu einem Schnuppertraining!

### Trainingszeiten

Jeweils Dienstags

17:30-18:15 ca. 11-13 Jahre

18:15-19:15 ca. 13-16 Jahre

Einteilung nach

schwimmerischen Vorkenntnissen

### Kontakt:

**Anna Richi**

**Jugendverantwortliche SLRG Altberg**

[anna.richi@slrg-altberg.ch](mailto:anna.richi@slrg-altberg.ch)

[www.slrg-altberg.ch](http://www.slrg-altberg.ch)

