

## Schwimmunterricht im SfM-Breitensport

In unseren Anfängerkursen werden die Kinder ab ca. 5 Jahren mit dem Wasser vertraut gemacht.

Die ersten Stunden sind Wassergewöhnung, wo die Kinder mit einfachen Übungen die

Angst vor dem neuen Element verlieren lernen.

Beim Nassspritzen des Übungsleiters,



mit einem Brett strampeln,

einfach am Brett hängen



oder vom Beckenrand springen verliert man schnell die Angst.

In der Gruppe ist das viel leichter als alleine.

Etwa ab der 3. Stunde wird dann mit der schweren Arbeit, Beinbewegungen lernen, begonnen. Jetzt kann uns nichts mehr auf dem Weg zum Seepferdchen aufhalten.

Anschließend geht's dann gleich weiter mit Üben für Bronze-, Silber und Goldabzeichen.