

A abholen

Eltern sollen frühzeitig zum Abholen da sein, wenn das nicht möglich ist, bitte telefonisch Bescheid sagen.

A anfeuern

Darf gern sein, aber nur von der Beckenlängsseite, dabei darf nicht mitgelaufen werden.

A Attest

Jeder Schwimmer muss jährlich ein gültiges sportärztliches Attest vorlegen, damit er am Training teilnehmen darf. Auch ist sonst die Teilnahme an einem Wettkampf nicht erlaubt.

B Badebekleidung

An Wettkämpfen ist dafür zu sorgen, dass die Schwimmer entsprechend der Starts zzgl. Einschwimmen Badebekleidung mit dabei haben. Auch müssen sie witterungsbedingt eine Badekappe tragen, um so Erkältungen vorzubeugen.

B Benehmen

die Schwimmer sind Gäste im Bad. Deswegen müssen sie sich auch entsprechend verhalten und auch auf die Einrichtung achten (Türen, Toiletten, Spinde)

B Brustschwimmen

Schwimmstil

C Cheftrainerin

bei uns: Heike Buchmeier, bei Fragen telefonisch zu erreichen, Mo-Fr 11-14 Uhr
06139 - 960732

D DMS, DMSJ

Deutscher Mannschaftswettbewerb Schwimmen

Deutscher Mannschaftswettbewerb Schwimmen der Jugend

D Delfin

oder Schmetterling = Schwimmstil

D Disqualifikation

erfolgt bei Wettkämpfen z.B. wegen falschem Anschlag, unkorrektem Schwimmstil oder Frühstart

E Einschwimmen

In jedem Training und vor jedem Wettkampf müssen sich die Schwimmer „einschwimmen“. Daher immer pünktlich kommen!

E Ernährung

viel trinken, wenig Süßigkeiten, Obst und Gemüse, Kohlehydrate

F Freistil

Schwimmstil

G Gesundheit

bei Hals-, Ohrenschmerzen und Fieber, sowie bei Einnahme von Antibiotika ist Sport verboten.

H Helfer

Hilfe wird immer gebraucht! Als Kuchenbäcker, an der Kuchentheke, als Kampfrichter, uvam.

I Information

gibt es im Internet, auch im Schaukasten

S Jugendsprecher

wird noch gesucht!

K Kampfrichter

Der Verein muss an jedem WK, an dem seine Schwimmer antreten Kampfrichter stellen. Hierfür gibt es einen Lehrgang. Das Kampfgericht besteht aus: Wende-, Zielrichtern, Zeitnehmern, Startern und Schwimmrichtern, Schiedsrichtern

L Lagen

setzen sich zusammen wie folgt: Delfin, Rücken, Brust, Kraul

L Lizenzierung

Jeder Schwimmer, der auf Wettkämpfen startet, muss registriert und dann jedes Jahr wieder für 12,00 € lizenziert werden. Die Kosten trägt der Sportler.

L LJT

Landesjugendtreffen, findet einmal jährlich an einem Wochenende in einem Schwimmbad innerhalb von Rhld.-Pfalz statt

M Meldegeld

Bei jedem WK fällt Meldegeld an. Pro Start müssen 5-10€ bezahlt werden. Diese Kosten trägt der Verein.

M Mütze

nach dem Training erst Haare trocknen, dann Mütze aufziehen!

N Nichtschwimmer

haben die Möglichkeit bei uns Schwimmen zu lernen

O Ohren

sind empfindlich! Deswegen: siehe → „Mütze“

P Pflichtzeiten

wenn bei Wettkämpfen die Pflichtzeit überschritten wird, muss Strafe gezahlt werden.

P Pünktlichkeit

nicht nur Trainer, auch Schwimmer und deren Eltern sollen nicht nur pünktlich, sondern frühzeitig anwesend sein.

Q Qualifikation

=Teilnahmeberechtigung für bestimmte Wettkämpfe. Es dürfen vorgeschriebene Mindestzeiten nicht überschritten werden.

R Richtzeiten

angegebene Zeit, die erreicht werden soll. Zieht bei Nichterreichen aber keine Strafe nach sich.

R Registrierung

Alle Schwimmer müssen bei dem DSV registriert werden, das ist einmalig und kostet 10 € und wird vom Vereinsmitglied bezahlt. (siehe auch Lizenzierung)

S Startbrücke

Von hier starten die Schwimmer, hier dürfen sich nur die Schwimmer und Kampfrichter aufhalten.

S Staffel

besteht aus z.B. 4, bzw. 8 Schwimmern (Mixed). Reihenfolge: Rücken, Brust, Delfin, Kraul

S SWSV

Südwestdeutscher Schwimmverband, dem unser Verein angehört

T Training

Nur wer regelmäßig trainiert, kann auch auf Erfolg hoffen.

T TL

Trainingslager finden in den Ferien statt, entweder zuhause (Mombach oder Uni) oder auswärts (z.B. Übach-Palenberg). Eine Anmeldung ist erforderlich.

U USC

Universitäts Sport Club

V Vorstand

wird für 2 Jahre gewählt, setzt sich zusammen aus.

Abteilungsleiter, Vertreter, sportl. Leiter, Kassierer, evtl. Beisitzer

V VM

Vereinsmeisterschaften

finden zweimal im Jahr statt. Alle Schwimmer/innen dürfen teilnehmen. Eine Gelegenheit für alle Eltern ihr Kind beim Wettkampf zu erleben und anzufeuern.

W Wettkampf

bei Wettkämpfen ist der Trainer die betreuende Person, Eltern sind zum Anfeuern, Jubeln und zum Trösten da.

Z Ziel