

# Turnverein Vaihingen/Enz 1861 e.V.

## Abteilung Schwimmen



13.05.23

### Infozettel Kurse und Training im Freibad

Liebe Schwimmer\*innen, liebe Eltern,

am Sonntag, den 14. Mai 2023, haben wir unsere ersten Kurs- und Trainingseinheiten im Enztalbad-Freibad. Dazu haben wir einen kleinen Informationszettel zusammengestellt und ein paar Hinweise zum Kurs bzw. Training und zur Schwimmflasche.

Für die Freibad Saison sind wir vom Enztalbad-Team gebeten worden die **Sammelumkleidekabinen** zu nutzen. Bitte beachtet diesen Hinweis und zieht euch in den Sammelumkleidekabine um. Unsere Kursleiter\*innen und Trainer\*innen werden versuchen den Kurs bzw. das Training vom Wetter abhängig zu gestalten. Sollte die Trainingsgruppe frierend und mit blauen Lippen im Wasser sein, wird die/ der Kursleiter\*in bzw. Trainer\*in die Kurs- bzw. Trainingseinheit auch schon nach 45 Minuten oder früher beenden. Daher kann es vorkommen, dass die Schwimmer\*innen vorzeitig abgeholt werden können. Bitte achten Sie hier auf Hinweise der/ des Kursleiter\*in bzw. Trainerin/ Trainers zu Kurs- bzw. Trainingsbeginn. Auch das Wetter spielt eine wichtige Rolle, einfach nur Regen sollte kein Problem darstellen, aber sobald ein Gewitter aufzieht, müssen wir die Kurs- bzw. Trainingseinheit sofort beenden. Bei Gewitter ist der Aufenthalt im Wasser lebensgefährlich! Die Trainingsgruppe kann sich dann in der Wärmehalle aufhalten. Sollte es auf Grund der Wetterlage gar nicht möglich sein, eine Wassereinheit anzubieten, steht es den Kursleiter\*innen und Trainer\*innen frei in der kleinen Sporthalle in unserem Vereinsheim auch eine Trockeneinheit anzubieten.

Auch bei „starker Hitze“ müssen wir uns schützen. Bitte schützt euch durch **wasserfeste** Sonnencreme oder ein Schwimmshirt. Eine Schwimmbrille mit dunklen Gläsern kann an diesen Tagen ebenfalls hilfreich sein.

Damit in der Tasche die wichtigsten Utensilien vorhanden sind, haben wir eine kleine Checkliste erstellt. Dies sind Empfehlungen und jede\*r kann nach persönlichem Empfinden seine Tasche einrichten.

Für die Schwimmflasche – Schwimmer\*innen:

- ✓ Badeanzug/ Badehose
- ✓ Badekappen
- ✓ Schwimmbrille (mit dunklen Gläsern bei Sonne)
- ✓ Neopren-Anzug oder Neopren-Shorty 1,5-2mm für Temperaturen >20°C (der Anzug muss der/ dem Schwimmer\*in passen, zu große Anzüge haben keinen Wärmeeffekt)
- ✓ Tee in Thermoskanne bei „Kälte“ / ausreichend Wasser zum Trinken bei „Hitze“
- ✓ ausreichend Handtücher
- ✓ Bademantel/ Fleecejacke
- ✓ Mütze für danach
- ✓ **wasserfeste** Sonnencreme
- ✓ Schwimmshirt als Sonnenschutz
- ✓ Plastiktüte für den Beckenrand

Wir hoffen auf eine gute Kurs- und Trainingszeit und wünschen allen Schwimmer\*innen viel Freude!

Bei Fragen kommt gerne auf uns zu.

Florian Lechermann  
Sportwart

Ariane Theobald  
stv. Sportwartin

E-Mail: sportwart@tvv-schwimmen.de