

Kursbeginn:

Jeweils Februar und August (Schulsemester).  
Ein Einstieg kann, falls Platz vorhanden, auch während eines bereits laufenden Kurses erfolgen. Die Kinder werden nach ihren Vorkenntnissen in entsprechende Gruppen eingeteilt.

Unsere Kurse finden jeweils Montag, Dienstag, Mittwoch oder Freitag im Schulbad Sahligut Biel-Mett statt.

Am Mittwoch und Donnerstag auch im Schulbad in Ipsach.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Für weitere Informationen wenden Sie sich an unser Sekretariat oder informieren sich auf unserer Webseite wo Sie auch das Anmeldeformular finden.

[www.stbb.ch](http://www.stbb.ch)



### swim team school

Swim Team Biel-Bienne

Schwimmschule

Dalila Ledermann

Tel. 032 345 1165

[schwimmschule@stbb.ch](mailto:schwimmschule@stbb.ch)

Wir bieten folgende Kurse

- ❖ Anfänger/Basic: - Wassergewöhnung  
Level 1-6 - Wasservertrautheit
- ❖ Fortgeschrittene: - Advanced-Ausbildung  
Level 7-10

Unsere Kurse basieren auf dem Ausbildungssystem von Swiss Swimming und werden von erfahrenen und gut ausgebildeten Trainer geleitet.

#### Kursinhalte:

##### Die Basic-Ausbildung (Level 1-6)

In der Basic-Ausbildung sollen Kinder, die erstmals mit dem Element Wasser in Berührung kommen, eine saubere Wassergewöhnung und eine gezielte Grundausbildung erfahren. Durch den strukturierten Aufbau der Ausbildungsstufen wird ein solides Fundament geschaffen und die Lagen Rücken und Kraul schrittweise eingeführt.

##### Die Advanced-Ausbildung (Level 7-10)

In der Advanced-Ausbildung wird auf den erarbeiteten Grundlagen aufgebaut. Rücken, Kraul und der Start werden vertieft, während die Schwimmstile Brust und Delfin sowie die Wenden eingeführt werden. Mit Abschluss der Advanced-Ausbildung könnte das Kind, in den Verein überzutreten und sich in weiterführenden Kursen im Bereich Leistungs- oder Breitensport weiterbilden.

Jeder Kurs wird mit einer Lernkontrolle abgeschlossen. Mit dem Kids Pass und den Medaillenklebern können die Lernfortschritte festgehalten werden.

swim team school



Die Schwimmschule des  
Swim Team Biel-Bienne



## Wer sind wir

Die [swim team school](#) ist die Schwimmschule des Schwimmklubs Swim Team Biel-Bienne, der seit vielen Jahren erfolgreiche Nachwuchsförderung betreibt.

Mit über 300 Mitgliedern gehört er zu den grössten Vereinen der Region und bietet sowohl Leistungs- als auch Breitensport an.

Das Swim Team Biel-Bienne ist Mitglied von Swiss Swimming und anerkannter Nachwuchsstützpunkt von Swiss Olympic. Damit sowohl die Spitzensportler als auch der Nachwuchs gezielt gefördert werden können, sind die Gruppen nach Leistung und Alter aufgeteilt.

Im Nachwuchsbereich profitieren die Kinder von einer ganzheitlichen Ausbildung, die sowohl im Wasser als auch an Land stattfindet.

Nebst einem vollamtlich angestellten Cheftrainer, steht dem Swim Team Biel-Bienne ein grosses, gut ausgebildetes und motiviertes Trainerteam zur Verfügung.



## Philosophie

Die [swim team school](#) hat bei der Ausarbeitung des Schwimmschulkonzeptes auf das Know-how und die grosse Erfahrung langjähriger Trainerinnen und Trainer zählen können.

Gestützt auf Unterlagen von Swiss Swimming und dem australischen "learn to swim" Programm, wurde ein effizientes Schwimmschulkonzept ausgearbeitet. Dabei ist uns wichtig, dass die Grundelemente *Atmen, Tauchen, Gleiten, Schweben und Antreiben* im und unter Wasser intensiv geübt werden.

Die Schwimmschule legt den Grundstein für den sportlichen Erfolg des Swim Team Biel-Bienne. Sie bietet Kurse für Kinder ab 5 Jahren in verschiedenen Niveaugruppen an.

Motivierte Kinder haben nach erfolgreichem Abschluss der Schwimmkurse die Möglichkeit in eine Sportgruppe des Swim Team Biel-Bienne zu wechseln.



## Didaktisches Konzept

- Lernen im Wasser ist nur möglich wenn die Wasservertrautheit erarbeitet wird.
- Elemente korrekter Schwimmtechnik können an Land effizienter und genauer eingeübt werden als im Wasser. Darum beinhalten unsere Schwimmlektionen immer einen Übungsteil an Land.
- Gute Schwimmtechnik setzt sich aus vielen Elementen wie Wasserlage, Kopfhaltung, Beinbewegung, flüssigem Rhythmus, korrekter Atmung, Lockerheit und richtiger Antriebsbewegung zusammen. Wir lernen den Kindern einen Faktor nach dem anderen.

## Ziele

### Die Kinder

- haben Freude am Wasser
- vertrauen in die eigenen Fähigkeiten
- lernen von Anfang an die richtige Schwimmtechnik