

## **Kurzvorstellung**

Die Wassersportfreunde Ahrensburg wurden im Januar 2013 von einigen Schwimmbegeisterten gegründet, die ihre langjährigen Erfahrungen als Rettungsschwimmer an andere weitergeben wollten. Wir möchten allen einen Anlaufpunkt zur Aus- und Weiterbildung in punkto Schwimmen bieten. Über den Spaß im und am Wasser beim gemeinsamen Training steigern wir unsere Fitness und unser Können. Unser besonderes Augenmerk liegt dabei in der Lebensrettung.

## **Trainingsgruppen**

Wir trainieren samstags, dienstags und mittwochs im Badlantic Freizeitbad in Ahrensburg.

- |                   |   |
|-------------------|---|
| Sa, 10:15 - 11:15 | Für unsere Seepferdchen und Inhaber des Schwimmabzeichens Bronze. Mit viel Spiel und Spaß lernen sie, sich im und unter Wasser sicherer zu fühlen, ihre Technik zu verbessern und ihre Ausdauer zu stärken. Ziel dabei ist das Erreichen des silbernen Schwimmabzeichens. |
| Sa, 10:15 - 11:15 | Kinder und Jugendliche mit Silber- oder Goldabzeichen. Die Teilnehmer werden zum goldenen Schwimmabzeichen und an das Rettungsschwimmen herangeführt.   |
| Sa, 11:15 - 12:15 | Jugendliche und Erwachsene mit goldenem Schwimmabzeichen. Hier geht es hauptsächlich um die Verbesserung der Schwimmtechniken und die Vorbereitung zum Rettungsschwimmen.   |
| Di, 19:15 - 21:00 | Trainingsgruppe aus Eltern von Vereinsmitgliedern, die selbst gerne schwimmen möchten. Schwerpunkt ist hierbei Fitness und Ausdauer, aber auch Verbesserung der Schwimmtechnik.   |
| Mi, 18:00 - 19:00 | Jugendliche und junge Erwachsene mit Rettungsschein, die auch an Wettkämpfen teilnehmen.  |
| Mi, 19:00 - 20:00 | Unsere zweite Gruppe von schwimmbegeisterten Erwachsenen, die über das gemeinsame Training ihre Fitness und Ausdauer verbessern möchten.  |

## **Beiträge**

- |                    |  |
|--------------------|--|
| Kinder/Jugendliche | Mitglieder bis zu einem Alter von 18 Jahren bezahlen einen Jahresbeitrag von 17,50 Euro. |
| Erwachsene         | Ab dem 18 Lebensjahr bezahlen unsere Mitglieder einen Jahresbeitrag von 25,00 Euro.      |

## **Kontakt**

Anfragen bitte per Mail an [wsfa@mailbox.org](mailto:wsfa@mailbox.org) oder über das Kontaktformular unter [www.wassersportfreunde-ahrensburg.de](http://www.wassersportfreunde-ahrensburg.de).