

WSC – Aktuell



Infobrief des WSC Lindlar • 2. Quartal 2023 • Ausgabe: 067

WSC Lindlar 1997 e.V. • Bahnhofstrasse 9 • 51789 Lindlar

Homepage: www.wsc-lindlar.de

Mail: info@wsc-lindlar.de (Vorstand)

kurse@wsc-lindlar.de (Kurse)

schwimmen@wsc-lindlar.de (Vereinsschwimmen)

Wettkampf Leichlingen

Der WSC Lindlar nahm am 07.05.2023 nach langer Zeit mal wieder an einem auswärtigen Wettkampf teil. Die verantwortlichen Übungsleiterinnen und Übungsleiter waren mit den sportlichen Leistungen sehr zufrieden und freuen sich, dass unsere Aktiven offensichtlich langsam aus dem „Corona-Tief“ zurück sind. Auch wurde erfreulich zur Kenntnis genommen, dass viele Eltern unsere Kinder insbesondere der WK 3 beim Wettkampf begleitet haben. Dies gibt Hoffnung, dass sich nun endlich auch wieder Eltern melden, die den WSC Lindlar bei seinen vielfältigen Aufgaben, hier insbesondere als Kampfrichterin oder als Kampfrichter unterstützten wollen. Wie würden wir uns daher freuen, wenn sich weitere Eltern bei uns melden würden; getreu nach dem Motto: **Verein lebt vom Mitmachen.**

Wettkampf Bergneustadt

Zum Abschluss der Saison möchte der WSC Lindlar gerne mit allen Schwimmerinnen und Schwimmern der Wettkampfgruppen 1, 2, und 3 (Jahrgang 2014 und älter) am **1. Oberbergischen Schwimm-Meeting am 17.06.2023** (vorgesehenes Treffen: 10.00 Uhr) im Freibad Bergneustadt teilnehmen. Es ist vorgesehen, dass grundsätzlich alle Aktiven der vorgenannten Gruppen für die Veranstaltung über verschiedene Schwimmstrecken gemeldet werden. Wer aus wichtigen, persönlichen Gründen nicht an der Veranstaltung teilnehmen kann, teilt dies bitte dem Verein bis 31.05.2023 per Mail (schwimmen@wsc-lindlar.de) mit. Bitte nur diese Email-Adresse nutzen. Spätestens am Montag, 12.06.2023 erhalten die Schwimmerinnen und Schwimmer weitere Informationen zur Veranstaltung.

Für unsere neuen Wettkampfschwimmerinnen und Schwimmer nachfolgend einige Tipps und Regeln für die Teilnahme an Wettkämpfen:

Trotz Anmeldung kann Ihr Kind nicht am Wettkampf teilnehmen:

Die Anmeldung zu Wettkämpfen verursacht bereits bei der Abgabe der Meldungen an den ausrichtenden Verein Meldekosten, die grundsätzlich vom Verein getragen werden. Sollte Ihr Kind, obwohl es für den Wettkampf gemeldet wurde dann nicht antreten, verursacht dies unnütze Kosten für den Verein, denn die Meldegelder werden vom Veranstalter nicht zurückerstattet. Hier behalten wir uns vor, diese Kosten ggf. von den Kindern zurück zu fordern. Sollte Ihr Kind kurzfristig krank werden, ist selbstverständlich eine Teilnahme nicht möglich. In diesem Fall sagen Sie bitte bei der Übungsleiterin/beim Übungsleiter (schwimmen@wsc-lindlar.de) die Teilnahme ab. Um hier eine Meldegeldrückerstattung zu vermeiden, bitten wir um Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung, aus der hervor geht, dass Ihr Kind am Wettkampftag erkrankt war.

Treffen am Wettkampftag:

Am Wettkampftag treffen wir uns in der Regel zu dem auf dem Teilnehmerzettel angegebenen Einlasszeitpunkt (Einschwimmen) in der Wettkampfstätte.

Ausrüstung für den Wettkampf:

Auf dem Teilnehmerzettel ist in der Regel vermerkt, welche und für wie viele Strecken Ihr Kind gemeldet ist. Zur Ausrüstung gehört:

- Badelatschen
- ein bis zwei T-Shirts (idealerweise mit Vereinsaufdruck)
- einen Trainingsanzug oder ein Langarm-Shirt + eine lange Hose, Socken
- einen Schwimmanzug/eine Schwimmhose, mehr als Strecken gemeldet sind. (Der Grund ist, dass Ihr Kind sich zwischen den Starts trocken und warm anziehen soll. Somit vermeiden wir verhärtete Muskeln und eine mögliche Erkältung)
- ein bis zwei Handtücher
- Essen sollte Ihr Kind während des Wettkampfes in Maßen Obst, Gemüse oder Vollkornprodukte
- Trinken ist wichtig, aber nur Getränke ohne Kohlensäure, diese müssen sich in einer Kunststoff- oder Metallflasche befinden. Glasflaschen sind in einer Schwimmhalle verboten
- Für die Wartezeiten zwischen den Einsätzen ist es sinnvoll eine Isomatte/einen Campingstuhl und ein Buch oder ein Spiel mitzubringen.

Zuschauer:

Zuschauer sind immer erwünscht. Auch ist es für Ihr Kind wichtig, dass Sie dabei sind. Schließlich benötigt es manchmal die Sicherheit, Sie in der Nähe zu wissen und es möchte Ihnen zeigen, was es bereits gelernt hat und wie gut es schon schwimmt. Leider gibt es nicht in jeder Halle eine Tribüne. Sollte keine vorhanden sein, ist es möglich sich in der Schwimmhalle als Zuschauer aufzuhalten. Der Zutritt ist dann aber nur in Badelatschen oder barfuß möglich. Wichtig ist aber dabei, dass sich Ihr Kind in der Gruppe aufhält und sich auf seine Starts unter Anleitung vorbereitet. Deshalb bitten wir Sie, sich nicht bei Ihrem Kind aufzuhalten. Bei größeren Pausen kann Ihr Kind Sie nach Absprache mit der Übungsleiterin/dem Übungsleiter gerne „besuchen“.

Hier noch einige Tipps für unsere Aktiven:

Vor dem Wettkampf

- Teilnehmerzettel lesen (welche Strecken schwimme ich wann?)
- Ausrüstung einpacken

Am Wettkampftag

- ausgeschlafen sein
- pünktlich sein
- nach der Ankunft in der Halle den Platz einrichten und sich aufwärmen
- Einschwimmen nach Absprache mit der Übungsleiterin/dem Übungsleiter
- nach dem Einschwimmen trocken und warm anziehen

Wartepausen

- über Läufe und Bahnen informieren, ggf. auf der Handfläche/dem Handrücken notieren
- nicht Toben
- die Mannschaftskameraden anfeuern
- geringe Mengen Essen und Trinken
- mit den anderen quatschen und spielen und lesen
- sich nicht von der Gruppe entfernen, wenn nötig bei der Übungsleiterin/beim Übungsleiter abmelden

Vor dem Start

- warmmachen
- konzentrieren
- auf die Ansagen/Anzeigetafel achten
- sich startklar machen (Hose, T-Shirt, Socken beim Start des vorhergehenden Laufes ausziehen und am Startblock zusammen mit den Latschen deponieren)

Nach dem Anschlag

- bei Überkopfstart warten auf den nächsten Start und dann erst das Becken verlassen (bei elektronischer Zeitmessung ohne die Wand/Anschlagmatten zu berühren)
- Becken über die Seite verlassen (nicht über die Zielwand klettern), dabei auf andere achten!
- vom Startblock die deponierten Kleidungsstücke holen
- die Zeitnehmerin/den Zeitnehmer nach der erreichten Zeit fragen (bei Handzeitnahme)
- zur Übungsleiterin/zum Übungsleiter gehen und die Zeit und den Lauf besprechen
- sich trocken und warm anziehen
- auf die Siegerehrung warten und nach Aufforderung an dieser teilnehmen

Sommerferien 2023

Am 22.06.2023 beginnen die Sommerferien und enden am 04.08.2023.

In der Zeit vom 22.06. bis zum 15.07.2023 legen wir eine Trainingspause ein.

In der zweiten Ferienhälfte findet das Training wie folgt statt:

Mo., 17.07.; 24.07.; 31.07.2023:	18.00 – 19.30 Uhr	Gruppen:	AS, AB, B2, B3
	19.30 – 21.30 Uhr	Gruppen:	WK2, WK1
Mi., 19.07.; 26.07.; 02.08.2023:	18.00 – 19.30 Uhr	Gruppen:	WK3, WK2
	19.30 – 21.30 Uhr	Gruppen:	WK1, B1, Masters

Am Freitag, 21.07.; 28.07.; 04.08.2023 und Samstag, 22.07.; 29.07.; 05.08.2023 fällt für alle Gruppen das Training aus.

Ab Montag, 07.08.2023 findet wieder für alle Gruppen der normale Trainingsbetrieb statt.

Wir wünschen allen schöne und erholsame Sommerferien !