Platsch

Ausgabe 48 **April 2016**

Grußwort
des Vorstandes

Liebe Vereinsmitglieder,

das Jahr 2015 ging erfolgreich zu Ende. Wir haben viel erreichen können, Neues ausprobiert und wo immer möglich Bewährtes weiterentwickelt.

Bei all diesen Projekten haben uns viele Vereinsmitglieder tatkräftig unterstützt. Ohne deren Mitwirkung wäre vieles nicht realisierbar gewesen. Dafür möchte sich der Vorstand auch an dieser Stelle ganz herzlich bedanken.

Wir wünschen allen Vereinsmitgliedern und ihren Familien ein gutes Jahr 2016!

Der Vereinsvorstand

Mitgliederversammlung
am 26.2.2016

Die Mitgliederversammlung war auch in diesem Jahr gut besucht. Rund 50 Kinder, Jugendliche und Erwachsene waren der Einladung in das Bürgerhaus gefolgt. „Wir danken dem Jugendausschuss für die Organisation und Durchführung der vielen Freizeitangebote“, lobte Geschäftsführer Hubertus Korte das Engagement der Vereinsjugend. Viel Wert legen die Vereinsmitglieder auf gemeinsame Unternehmungen auch außerhalb der Wettkämpfe und Trainingszeiten. Das dokumentierte der bebilderte Jahresrückblick und ein Film, den der Jugendausschuss präsentierte. „Zahlreiche Vereinsrekorde konnten verbessert werden. Und das nicht nur von einzelnen Schwimmern, sondern auch im Bereich der Staffeln“, berichtete Schwimmwartin Franziska Tertünte in ihrem Ergebnisbericht. An insgesamt elf Wettkämpfen nahmen die Schwimmer teil. Dabei belegten die Schwimmer 24 Mal Platz eins, 39 zweite und 30 dritte Plätze. Die im letzten Jahr zum zweiten Mal in Altenberge ausgetragenen Kreisstaffelmeisterschaften seien zudem bei den anderen Vereinen so gut angekommen, dass man versuche, den Zuschlag für 2017 zu bekommen.
„Ich freue mich, dass wir derzeit stabile Mitgliederzahlen verzeichnen. Bei konstant um die 190 Mitgliedern können wir den Vereinsbeitrag weiterhin günstig halten“, erklärte Kassenwart Matthias Tertünte. Aufgrund der guten Kassenlage sind verschiedenste Investitionen in Schwimm- und Trainingsmaterialien möglich. In seinem Jahresbericht blickte Geschäftsführer Hubertus Korte auf das traditionelle Ferienlager am Waldfreibad Recke und auf das Familienwochenende in Mentrup-Hagen zurück. „Unser Dank gilt vor allem dem Jugendausschuss, der durch sein Engagement auch dafür sorgt, dass bei uns nicht nur trainiert, sondern auch gefeiert, gebastelt, gegrillt und gebacken wird“, ergänzte die 1. Vorsitzende Irmy Wiesker die Ausführungen. Bei den anschließenden Wahlen zum Vorstand wurden Irmy Wiesker als erste Vorsitzende, Max Scholzen (Technischer Leiter), Franziska Tertünte (Schwimmwartin), Lennard Weide (Jugendwart), Celina Wiesker (Jugendwartin) in ihren Ämtern bestätigt. Mara Baumann folgt Schriftführerin Doris Wessendorf, die aus zeitlichen Gründen nicht mehr kandidierte. Als Kassenprüfer für 2016fungieren: Karsten Schult, Golo Brodik und

Monja Thieme.

Bei der abschließenden Ehrung der Jahresbesten freuten sich viele Schwimmerinnen und Schwimmer über die Medaillen und Pokale.

Die Jugendausschuss-Seiten

Liebe Schwimmerinnen und Schwimmer, wir vom JA haben beschlossen, auch einige Seiten für die "Platsch" zu schreiben. Auf unserer JA-Seiten berichten wir aus unserer Perspektive über die Vereinsfreizeiten und Ferienaktionen. Wir hoffen, dass es Euch gefällt.

Viel Spaß! Euer Jugendausschuss

Die nicht ganz so ernst gemeinte Seite

Füße hoch, die folgenden Witze kommen flach!

Was ist eine Apfelsine im Schwimmbad? Eine Chlorange!

Geht ein Cowboy zum Friseur, als er wieder raus kommt, ist sein Pony weg.

„Plätzchen Backen 2015“

Am 14.10.2015 versammelten sich 37 Schwimmer/-innen zum schon traditionellen „Plätzchen backen“. Wir waren nicht mal richtig angefangen, da waren auch schon die ersten Mehlwürmer bei uns in der Küche (und damit meine ich nicht die Tiere ☺).

Nachdem das Mehl am richtigen Platz war, wurde der Teig ausgerollt und die Kinder begannen Formen auszustechen.

Einige waren richtig kreativ und fingen an Figuren zu backen.
Als die Plätzchen fertig gebacken waren, wurde es bunt und süß, denn es ging ans Verzieren.

Nach dem Gruppenfoto durfte sich noch jeder eine Tüte mit Keksen abfüllen und mit nach Hause nehmen.

Auch in diesem Jahr möchten wir wieder mit euch backen. Den Termin im Herbst geben wir euch rechtzeitig bekannt.

Recke 2015

Kurz vor den Sommerferien war es wieder soweit: Recke! Mit etwa 40 Leuten haben wir wieder einmal ein richtig cooles Wochenende im Waldfreibad Recke verbracht. Doch wer dachte, das heißt den ganzen Tag nur chillen und das mehr oder weniger gute Wetter genießen, hatte sich getäuscht. Unter dem Motto "Ich bin ein Schwimmer - holt mich hier raus!" galt es sich in Teams Sterne zu erkämpfen. Dabei konntet ihr noch einmal eure Kreativität und euren Mannschaftsgeist unter Beweis stellen. Wir glauben, die vielen Spiele wie etwa das Riesen-Jenga oder auch das Spinnennetz haben allen großen Spaß gemacht (auch, wenn der ein oder andere mal nass geworden ist ;))! Doch auch für uns wurde das Lager zwischendurch zum Dschungelcamp. Besonders als die Trägerschaft völlig unerwartet eine Flachwitz-Challenge und eine kühle Eierdusche parat hatte. Natürlich durfte auch die alljährliche Abendshow nicht fehlen! Für viele Lacher sorgten die Kandidaten, die sich durch allerlei "Spezialitäten" tasten durften, Würmer aus dem Mehl fischen oder auch voll gestopft mit Luftballons um die Wette laufen mussten. Das Lagerfeuer an den Abenden (und am Morgen und eigentlich auch am Mittag;)) war natürlich auch immer ein Highlight.

Wir haben uns alle super unterhalten oder auch die ein oder andere Geschichte erzählt, bevor es dann in die gemütlichen Zelte (sofern man nicht wie Harald geschlafen hat ;)) ging.

Zwischen den ganzen Aktionen haben wir auch noch Ballspiele oder Räuber und Gendarm gespielt.

Und nicht zuletzt gab es wieder leckeres Essen vom Küchenteam. Hier auch nochmals ein kräftiges Dankeschön vom JA!

Insgesamt kann man also sagen, dass es wie immer ein klasse Lager war und wir uns auch schon auf dieses Jahr freuen :D

Grillfest im Sommer

Bei fantastischem Wetter fand auch 2015 wieder das Grillfest statt. Diesmal waren wir sogar über 100 Leute, die sich am Heimathues Kittken getroffen haben. Hier hatten alle Mitglieder des Vereins die Chance sich besser kennen zulernen und viel zu reden. Aber sich immer nur zu unterhalten ist ja langweilig ;)

Darum haben wir ein paar kleine Spielchen gemacht. Zum Beispiel ein Skateboard-Rennen, Becher stapeln oder Sackhüpfen. Das hat nicht nur lustige Fotos und Videos ergeben, sondern auch eine Menge Spaß gebracht. Später haben wir dann auch noch mit vielen von euch Totenball gespielt bis - vor allem wir etwas älteren - nicht mehr konnten ;)

Als Belohnung gab es dann noch viele kleine Preise und ein richtig leckeres Essen. Steaks, Würstchen, Salate und und und…da kriegt man ja direkt wieder Hunger! :D

Danke wieder einmal an Familie ten Bosch! Und gut, dass es das Grillfest ja auch dieses Jahr wieder gibt :)

Wir hoffen viele von euch wieder zu sehen, damit wir wieder so einen tollen Tag erleben :D

Charity-Event am 24.09.2016

Der deutsche Schwimmverband und die Landesschwimmverbände rufen zur Teilnahme für ein Charity-Event „Schwimmen für Nichtschwimmer“ auf. An dieser Veranstaltung möchten auch wir uns vom Schwimmverein Altenberge beteiligen. An diesem Tag möchten wir so viele Menschen wie möglich motivieren schwimmen zu gehen. Durch ein Staffelschwimmen erschwimmen die Teilnehmer Schwimmkurse für bedürftige Kinder. Das bundesweite Event soll gleichermaßen Familien mit Kindern, Erwachsene, Hobbysportler, Vereinsmitglieder und alle, die Lust auf Schwimmen haben, ansprechen. Eine bundesweite Werbung wird für dieses Event gestartet.

Also, den 24.09.2016 vormerken und für einen guten Zweck schwimmen und / oder mit organisieren bzw. beaufsichtigen.

Die Osterparty

Zum Beginn der Osterferien (2015), veranstaltete der Schwimmverein Altenberge eine Osterparty organisiert vom Jugendausschuss.

Uns ging es vor allem ums Tanzen, Chillen und Spiele spielen. Dabei richtete sich die Party an die jüngeren Schwimmer des Vereins. Der Eintritt sowie Getränke und Knabbersachen waren kostenfrei.

Vor allem Lieder wie ,,Macarena“ und ,,Sexy Eyes“ sorgten für jede Menge Spaß.

Spiel ohne Grenzen

Am 15.08.2015 veranstalteten die DLRG, das Jugendrotkreuz und der Schwimmverein Altenberge das „Spiel ohne Grenzen“.

Am Samstag Nachmittag versammelten sich Kinder, Jugendliche und Erwachsene auf dem Gelände rund um die Gooiker-Halle um an einem Wettbewerb, bestehend aus Geschicklichkeits-, Spaß- und Sportspielen teilzunehmen. Hierbei waren nicht nur Kraft und Ausdauer wichtig, sondern auch die Teamfähigkeit und Geschicklichkeit, sowie viel Spaß und gute Laune. Zu bewältigen waren Aufgaben wie Riesen-Jenga, Rollstuhl-Slalom und vielen weiteren lustigen Spielen.

Die Teams bestanden aus vier bis sechs Personen. Das Mindestalter lag bei 8 Jahren. Eine große Freude war dabei die Teilnahme mehrerer Teams bestehend aus Flüchtlingen, die durch das Projekt ,,Youth of Integration“ an diesem Event teilnehmen und sogar einen Platz auf dem Siegertreppchen erkämpften konnten.

Die Teilnahme war kostenlos und für das leibliche Wohl sorgten Würstchen, Steakbrötchen und Getränke. Die Siegerehrung erfolgte am Abend.

Um den Erfolg der Aktion und den der Teilnehmer zu feiern, folgte anschließend eine Party, welche ab 20:30 Uhr von der Liveband ,,The Capodasters“ aus Reckenfeld begleitet wurde.

Die Band sorgte dabei für eine ausgelassene und gute Stimmung und des Weiteren für so manche unvergessliche Momente.

Kinder lernen Schwimmen!

Jeden Samstag von 10.30 – 11.30 Uhr lernen bei uns (Carmen, Thomas, Marco und Frederieke) 10 bis 12 Kinder das Schwimmen. Die Kinder sind in der Regel 5-6 Jahre alt, manche auch älter.

Sie bringen alle verschiedenen Fähigkeiten mit. Die einen springen und tauchen mit Freude, andere sind vorsichtiger, wiederum andere haben auch ein wenig Angst vor dem Wasser. Ist erst mal die erste Hürde genommen und die Kinder im Becken, fangen wir ganz langsam mit den ersten Übungen, wie blubbern, durchs Wasser laufen, hüpfen, springen, auch schon mal den Kopf ins oder unter Wasser und vielleicht schon mal Gleiten, an. In den darauf folgenden Stunden werden immer wieder das Gleiten und der Beinschlag geübt. Später kommen die Arme dazu. Wenn jedes einzelne Element einigermaßen sitzt, wird beides in Kombination zusammen geübt, was für einige Kinder durchaus nicht leicht ist. Nach langem Üben und der Kraft, Energie und gutem Zureden der Trainer/innen, schaffen dann im Schnitt 8 bis 10 Kinder, manchmal auch alle, die Seepferdchen-Prüfung.

Bei uns kann jedes Kind schwimmen lernen, egal welcher Nationalität. Willkommen sind auch Flüchtlingskinder. Und auch für Kinder mit Handicap finden wir den Weg ins Wasser.

Es ist eine große Verantwortung, die wir vier gegenüber den Kindern übernehmen, aber es macht unwahrscheinlich viel Spaß und die Kinder geben einem so viel zurück. Die meisten Kursteilnehmer haben Spaß am Schwimmen bekommen und nehmen im Anschluss an einem Aufbaukurs teil.

Anfängerschwimmkurs

Samstags von 10:30 – 11:30 Uhr
Ansprechpartner: Carmen Büscher 02505 94662
Email an: schwimmkurs@sv-altenberge.de

Seepferdchen-Aufbaukurs Schwimmabzeichen

Samstags von 11:30 – 12:30 Uhr.
Ansprechpartner: Carmen Büscher 02505 94662

Herbstlager in Mentrup-Hagen

Wie jedes Jahr fand das Herbstlager des Schwimmvereins in Mentrup-Hagen statt. Für 3 Tage fuhren die 38 Kinder, Jugendlichen und Eltern zum in das Landschulheim am Teutoburger Wald.

Die erste Hürde bestand darin, die Betten zu beziehen und wurde mit etwas Unterstützung gut gemeistert. Danach ging es auch schon los mit dem Programm des Jugendausschusses. Zunächst trafen sich die Kinder draußen und spielten mit einander um sich kennen zu lernen.

Nach dem Abendessen ging es dann mit einer nächtlichen Wanderung durch den anliegenden Wald weiter. Danach hatten die Kinder noch Zeit den gemeinsamen Abend zu gestalten. Nach einer kurzen Nachtruhe und einem leckeren Frühstück begannen verschiedene Spiele im Freien, darunter Fußball, Wiggle-Waggle, Völkerball und vieles mehr. Um das Mittagsessen zu verdauen, veranstaltete das Orgateam eine Wanderung durch den Wald. Ein besonderes Highlight war dabei das Picknick am Kneippbecken.

Die Gestaltung des Abendprogramms übernahm der Jugendausschuss, der mit einem Quiz-Spiel nicht nur für Grübeln, sondern auch für eine Menge Spaß sorgte. Des Weiteren gab es ein beeindruckendes Tanzbattle und einen ausgelassenen Tanzabend.

Schweren Herzens folgte dann am Sonntag nach einem weiteren köstlichen “Festmahls-Frühstück“ das große Packen. Um sich die Zeit bis zum Eintreffen der Eltern zu vertreiben, wurden noch einige lockere Spiele gespielt.

Alles in allem war das Herbstlager 2015 ein voller Erfolg mit viel Spaß. Ein großer Dank gilt dabei dem Orgateam und den Küchen-Muttis und -Vatis. Wir hoffen auf eine zahlreiche Teilnahme beim nächsten Mal.

Helfer- Team des Schwimmvereins beim 14. Münster-Marathon

Wie jedes Jahr stand auch 2015 der Münster Marathon an. Wir Schwimmer und Schwimmerinnen blieben jedoch diesmal im trockenen und spendierten das Wasser. Relativ weit am Ende der Strecke sorgten wir für Stimmung und Verpflegung, durch Wasser, Bananen oder georderte isotonische Getränke. Unser Motto lautete in diesem Jahr: „Wir bezwingen die sieben Weltmeere und Ihr den Marathon“. Passend zu diesem Thema verkleideten wir uns als Piraten. Ebenso verschönerten wir auch unseren Stand mit Plakaten, motivierenden Sprüchen, unserer Vereinsfahne und sonst noch allerlei Kleinigkeiten, welche den Läufern und Läuferinnen das Gefühl gaben, tatsächlich unter die Seeräuber gegangen zu sein. Natürlich war vor dem Start das Aufbauen, Becher befüllen, Bananen schneiden und Schmücken dran.

Auch dieses Jahr gab es für die vielen tatkräftigen Helfern und Helferinnen ein T-Shirt als Andenken an den tollen Tag, sowie ein Verpflegungspaket, damit auch wir den Marathon überstehen. Um für die richtige Stimmung zu sorgen, wurde der Ghettoblaster angeschmissen mit Seeräubermusik. Die ersten ebenso wie die letzten Läufer wurden mit lauten Anfeuerungsrufen unterstützt und noch mal motiviert alles zu geben, egal ob Einzel- oder Staffelläufer.

Jeder, der wollte, bekam einen Becher mit Wasser und Bananenstücke. Den ganzen Lauf über herrschte gute Stimmung und alle hatten Spaß. Von einigen Läufern wurden wir für unsere tollen Überlegungen zur Verschönerung unseres Standes gelobt, da dies so nicht üblich ist und nur sehr wenige Helfer machen. Durch unsere Sprüche wollten wir den Läufern und Läuferinnen mitteilen, dass wir mit ihnen zusammen den Marathon überstehen, auch wenn wir nur am Rande standen.

Durch unsere Verkleidung haben wir eine Chance, nicht nur die Teilnehmer und Teilnehmerinnen noch mehr zu motivieren, sondern zusätzlich an einem Wettbewerb teilzunehmen. Dabei wird der schönste Stand gekürt, der eine kleine Belohnung bekommt.

Am Ende jedes Marathons findet immer eine kleine Wasserschlacht mit den übrig gebliebenen Bechern statt. Ebenso gehört auch das Aufräumen mit dazu, damit die Angestellten der Stadt nicht alles machen müssen.

Alles in allem kann man sagen, dass der Marathon immer eine schöne Gelegenheit ist, um alle etwas näher zu bringen und um für mehr Zusammenhalt zu sorgen. Natürlich ist es immer gut, wenn sehr viele Leute mithelfen und somit alles schneller geht.

Also freut euch auf den nächsten Marathon und sagt Bescheid, wenn ihr gerne mithelfen wollt.

Ablauf eines Schwimmwettkampfes

Viele von euch fragen sich bestimmt: „Wie genau läuft denn so ein Schwimmwettkampf ab?“.

Genau auf diese Frage möchte ich im folgenden Text eingehen. Egal, ob Freiwasser- oder Hallenwettkampf, der Ablauf ist bei beiden gleich. Unsere Schwimmwartin Franzi bekommt von den Veranstaltern eine Einladung für einen Wettkampf und bespricht sich mit den Trainern über unsere möglichen Teilnehmer. Danach informiert sie dich oder deine Eltern per E-Mail und ihr entscheidet dann, welche Disziplin(en) du schwimmen möchtest. Auf manchen Wettkämpfen gibt der Veranstalter so genannte Pflichtzeiten vor, das bedeutet, dass du vielleicht nicht alle deine Wunschstrecken schwimmen kannst und dich im nächsten Training noch ein bisschen mehr reinhängst, um die Zeit beim nächsten Mal zu erfüllen. Jedoch werden Pflichtzeiten in den meisten Fällen erst bei höheren Wettkämpfen (z. B. Kreismeisterschaften) verlangt. Wenn du nun deine Wahl getroffen hast und das mit deinen Eltern abgesprochen ist, schreib einfach eine E-Mail an Franzi, sie wird dich dann zu dem Wettkampf anmelden. Im weiteren Verlauf bekommst du das Meldeergebnis zugeschickt. In diesem steht, wann du welche Strecke auf welcher Bahn und in welchem Wettkampfabschnitt schwimmst. Hier wirst du auch bemerken, dass Mädchen und Jungen nicht gegeneinander schwimmen, da es oft große Unterschiede in der Geschwindigkeit gibt. Nun ist der wohl aufregendste Tag gekommen, es ist soweit, gleich ist Wettkampfbeginn. Wie immer gibt es vor dem Wettkampf die Einschwimmzeit, das heißt, das Becken kann von allen Schwimmern und Schwimmerinnen genutzt werden, um mit dem Becken vertraut zu werden und die Muskeln langsam aufzuwärmen. Der Wettkampf beginnt, indem der Veranstalter alle anwesenden Personen herzlich willkommen heißt. Nun folgt die Durchsage vom Sprecher, dieser wird den kompletten Wettkampf über die einzelnen Läufe mit den jeweiligen Schwimmern/ Schwimmerinnen und der dazu gehörigen Bahn aufrufen. Nach der Durchsage kommen die Pfiffe des Starters, diese signalisieren dir, dass du dich auf den Startblock stellen sollst, wenn du an der Reihe bist. Bevor der Startpfiff kommt, hörst du „Auf die Plätze!“ nun solltest du dich in Startposition begeben. Nach dem Pfiff springst du wie alle anderen Schwimmer/ Schwimmerinnen ins Wasser und schwimmst deine Strecke. Die Anzahl der Bahnen, die du für deine Strecke schwimmst, musst du selber zählen, es sei denn, du schwimmst eine Strecke von 800 oder 1500 Metern. Wenn alle Schwimmer und Schwimmerinnen fertig sind, werden die Zeiten ausgewertet und es werden die Plätze je nach Jahrgang bestimmt. Am Ende des Wettkampfes oder zwischendurch in den Pausen werden die Medaillen für die ersten drei Plätze verteilt. Am Ende des Wettkampfes werden auch noch Urkunden an die Vereine verteilt. Ich bin selber aktive Schwimmerin und das schon seit neun Jahren. Ebenso kenne ich die ganze Nervosität und Aufregung vor dem ersten Wettkampf. Man möchte natürlich nichts falsch machen und daher überlegt man sich alles ganz genau, vielleicht sagt man vor lauter Aufregung den Wettkampf doch noch ab. Die jungen unerfahrenen Schwimmer haben Angst davor zu spät zu kommen, die falsche Disziplin zu schwimmen, disqualifiziert zu werden, zu wenig oder vielleicht auch zu viel zu schwimmen. Aber das ist völlig egal, alle gerade genannten Situationen sind mir und den meisten anderen auch schon mal passiert. Niemand ist perfekt und wir als eure Betreuer versuchen euch auch vor Ort noch etwas beizubringen und euch zu beruhigen, damit ihr euch voll auf den Wettkampf konzentrieren könnt. Deshalb schicken wir euch auch kurz vor eurem Start los oder bringen euch direkt bis zum Startblock. Ihr braucht keine Angst davor zu haben, dass ihr im falschen Lauf startet, da jeder Kampfrichter vor den Starts nach eurem Namen fragt und dir dann sagt, ob du wirklich dran bist oder eben nicht. Eine kleine Aufgabe von uns an dich ist, dass du dir deinen Lauf und die Bahn merkst, dass entlastet am Wettkampf die Betreuer, Wettkampfrichter und eure Eltern, die ja gekommen sind, um euch zuzugucken und anzufeuern. Falls du vor lauter Aufregung doch mal vergisst, wann du dran bist, komm doch einfach auf einen von uns zu und frag einfach nach. Auch die Kampfrichter geben dir gerne Auskunft.

Zum Schluss noch eine kleine Checkliste für deine Wettkampftasche:

- Badeanzug/ -hose
- Schwimmbrille (zur Not auch eine Ersatzbrille mitnehmen)
- Badekappe (zur Not auch eine Ersatzbadekappe mitnehmen)
- Handtücher
- vielleicht auch Klamotten zum Überziehen für Zwischendurch
- Shampoo und Duschgel
- Trinken und Essen (möglichst gesund und sport-freundlich)
- Badeschlappen
- Meldeergebnis
- etwas Geld (auch für den Schrank)
- gute Laune und Motivation

Jetzt ist deine Tasche fertig für den Einsatz und es fehlt nur noch die Anmeldung zum Wettkampf.

Also los geht es!

Tipps und Termine

Termine 2016 Termine 2016 Termine 2016	
26.2.16	Jugendhauptversammlung und Mitglieder-versammlung
12./13.3	9. Hammer Sparkassencup
21.3.-2.4.	Osterferien
10.04.	27. „Jungküken- und Küken“ – Schwimmfest 2016
17.4.	Kreisstaffelmeisterschaften
23./24.4.	46. Intern. Schwimmveranstaltung
21./22.5.	23. Internationaler Schwimmwettkampf (TVI Pokal)
3.6.	Grillfest im Pfarrheim Hansell
5.6.	Kreismeisterschaften Freiwasser
10.-12.6.	Zeltlager am Waldfreibad Recke
2./3.7.	Bezirksmeisterschaften Freiwasser
11.7.-23.08.	Sommerferien
27./28.8.	27. Internationales Pokalschwimmen
25.9.	TGM Kraulertag Emsdetten
10.-21.10.	Herbstferien
noch offen	Plätzchen backen
28.-30.10.	Herbstlager im Landschulheim
noch offen	Altenberger Nachwuchswettkampf
6.11.	TGM Nachwuchs
26./27.11.	Kreismeisterschaften Halle
4.12.	Vereinswettkampf
10./11.12.	Bezirksmeisterschaften Halle
23.12.16-06.01.17	Weihnachtsferien

Änderungen werden an den Trainingstagen, im Aushang im Schwimmbad und auf der Vereins-Homepage (www.sv-altenberge.de) bekannt gegeben.

TrainingTrainingTrainingTrainingTraining	
Dienstags:	
16:00 - 17:00	Anfänger
17:00 - 18:00	Fortgeschrittene / Senioren
18.00 – 19:00	Profis
Donnerstags:	
16:00 - 17:00	Anfänger / Fortgeschrittene
17:00 - 18:00	Profis / Senioren
Freitags:	
17.15 - 18.00	Trockentraining
18.00 - 19.00	Fußball (Turnhalle Grüner Weg)

Anfängerschwimmkurs

Samstags von 10:30 – 11:30 Uhr
Ansprechpartner: Carmen Büscher 02505 94662
Email an: schwimmkurs@sv-altenberge.de

Seepferdchen-Aufbaukurs Schwimmabzeichen

Samstags von 11:30 – 12:30 Uhr.
Ansprechpartner: Carmen Büscher 02505 94662

Hinweise! Hinweise! Hinweise! Hinweise!

Seepferdchen-Aufbaukurs

Das Bronze–Schwimmabzeichen ist bekanntlich Voraussetzung für die Aufnahme in unseren Schwimmverein. Was wäre sinnvoller, als unmittelbar nach dem Anfängerkurs den Seepferdchen–Aufbaukurs zu besuchen und das Erlernte zu vertiefen. Interessierte Eltern und deren Kinder melden sich bitte bei Carmen Büscher, entweder nach dem Training am Samstag, per Telefon unter 02505-94662 oder per Email (schwimmkurs@sv-altenberge) an.

Training

Bringt zum Training bitte immer eure Schwimmbrille und eine Badekappe mit. Die Wasseraufbereitung im Hallenbad Altenberge wird mit dem so genannten Salz-Elektrolyse-Verfahren durchgeführt. Ein positiver Nebeneffekt ist die bessere Verträglichkeit des Wassers für Schwimmerinnen und Schwimmer mit Hautproblemen. Bei längerem Aufenthalt unter Wasser, wie es nun mal beim Schwimmen der Fall ist, kann es dennoch zu Augenreizungen kommen. Und eine gute Sicht ist z. B. bei Wenden notwendig. Die Brille ist also sehr wichtig. Achtet auf guten Sitz und Haltbarkeit, Tipps geben die Trainerinnen und Trainer gerne.
Bei längeren Haaren sollte eine Badekappe ebenfalls selbstverständlich sein, denn ihr könnt die verschiedenen Stilarten nicht erlernen, wenn euch beim Schwimmen ständig die Haare im Gesicht hängen. Dies gilt insbesondere für das Freistilschwimmen. Nicht zuletzt verbessert die Badekappe eure Schwimmzeiten. Eine Vereinsbadekappe könnt ihr gegen einen Kostenbeitrag von EUR 3,00 bei Irmy Wiesker erwerben.

Wettkämpfe

Ab sofort könnt ihr euch für Wettkämpfe nur noch per Mail bei der Schwimmwartin franzi.tertuente@web.de anmelden.

Franzi meldet sich dann rechtzeitig bei Euch. Wenn ihr Probleme bei der Anmeldung habt, gebt uns bitte einen Hinweis per Mail unter: kontakt@sv-altenberge.de.

Wichtig: Ihr müsst die Einladung der Schwimmwartin zur Teilnahme am Wettkampf unbedingt schriftlich per Email bestätigen! Sonst erfolgt keine Anmeldung und ihr könnt nicht teilnehmen!

Ewige Bestenliste Frauen

Strecke	Schwimmerin	Jg.	Zeit	Datum	Ort
50S	Frederieke Korte	1998	00:33,89	07.12.2014	Altenberge
100S	Frederieke Korte	1998	01:17,98	14.12.2014	Gelsenkirchen
200S	Elise Stemmer	1988	03:04,00	04.12.2004	Gelsenkirchen
50R	Frederieke Korte	1998	00:34,08	14.12.2014	Gelsenkirchen
100R	Frederieke Korte	1998	01:15,44	13.12.2014	Gelsenkirchen
200R	Frederieke Korte	1998	02:43,20	14.12.2014	Gelsenkirchen
50B	Rebecca Schulze	1973	00:40,60	02.04.1988	Altenberge
100B	Rebecca Schulze	1973	01:28,60	01.01.1987	unbekannt
200B	Rebecca Schulze	1973	03:16,50	21.03.1987	Rheine
50F	Franziska Tertünte	1993	00:30,47	07.12.2014	Altenberge
100F	Frederieke Korte	1998	01:07,84	29.11.2015	Ibbenbüren
200F	Ulrike Lütke Brinkhaus	1982	02:30,67	06.06.1998	Rheine
400F	Ulrike Lütke Brinkhaus	1982	05:24,83	26.01.1997	Rheine
800F	Frederieke Korte	1998	11:38,95	26.01.2013	Ibbenbüren
1500F	Ulrike Lütke Brinkhaus	1982	21:44,73	30.01.1999	Ibbenbüren
100L	Frederieke Korte	1989	01:19,47	24.05.2014	Altenberge
200L	Ulrike Lütke Brinkhaus	1982	02:51,70	15.11.1998	Metelen
400L	Ulrike Lütke Brinkhaus	1982	06:15,16	26.01.1997	Rheine

4 x 50F Raphaela Baumann
Franziska Tertünte
Celina Wiesker
Frederieke Korte 02:12,57 30.03.2014 Altenberge

4 x 50S Frederieke Korte
Celina Wiesker
Franziska Tertünte
Anna Lena Müsch 02:34,55 30.03.2014 Altenberge

Ewige Bestenliste Männer

Strecke	Schwimmer	Jg.	Zeit	Datum	Ort
50S	Klaus-Dieter Renner	1965	00:27,80	01.05.1989	Greven
100S	Klaus-Dieter Renner	1965	01:02,50	21.04.1985	Rheine
200S	Klaus-Dieter Renner	1965	02:28,80	20.04.1985	Rheine
50R	Klaus-Dieter Renner	1965	00:31,40	04.04.1992	Greven
100R	Klaus-Dieter Renner	1965	01:09,00	26.02.1989	Borghorst
200R	Klaus-Dieter Renner	1965	02:36,90	23.01.1988	Lengerich
50B	Bernd Hölscher	1978	00:33,78	09.03.1997	Attendorn
100B	Bernd Hölscher	1978	01:15,03	08.02.1998	Bochum-Langendreer
200B	Bernd Hölscher	1978	02:45,53	26.10.1997	Rheine
50F	Klaus-Dieter Renner	1965	00:25,40	04.04.1992	Greven
100F	Klaus-Dieter Renner	1965	00:56,80	21.04.1985	Rheine
200F	Klaus-Dieter Renner	1965	02:10,50	20.04.1985	Rheine
400F	Klaus-Dieter Renner	1965	04:51,70	15.12.1984	Greven
800F	Klaus-Dieter Renner	1965	10:22,60	24.03.1984	Rheine
1500F	Klaus-Dieter Renner	1965	20:53,10	06.03.1988	Lengerich
100L	Klaus-Dieter Renner	1965	01:08,00	12.11.1989	Altenberge
200L	Klaus-Dieter Renner	1965	02:36,10	04.12.1983	Altenberge
400L	Klaus-Dieter Renner	1965	05:36,40	17.12.1983	Borghorst

4 x 50B Burkhard Bußmann
Christian Renner
Christoph Schröter
Uwe Renner 02:21,20 30.03.1991 Altenberge

4 x 50S Uwe Renner
Michael Fieke
Bernd Fieke
Klaus-Dieter Renner 02:04,90 30.03.1991 Altenberge