



## Wassergymnastik

Der Mensch bewegt sich im Wasser aufgeschlossener und fühlt sich entspannt.

Die Schulung von Muskelkraft und Ausdauer, von Beweglichkeit und Belastbarkeit ist gerade im Wasser besonders wirksam und dabei schonend möglich.

Wir sind eine „gemischte“ Truppe und sehen den Sport nicht so verbissen.

Über Mitstreiter freuen wir uns.

► Montag 19.45 Uhr

## Senienschwimmen

Die Senioren treffen sich, um fit zu bleiben! Nach dem Einschwimmen starten wir mit dem Training: Technik, Sprints und alle Schwimmlagen werden von uns geübt, da kommen wir selbst im Wasser noch ins „Schwitzen“.

Die Erfolge auf Kreis- und Bezirksebene entlohnen uns für unsere Mühen. Einladungsschwimmen stehen wir sehr positiv gegenüber. Die Geselligkeit kommt bei uns nicht zu kurz.

► Donnerstag 20.45 Uhr

Freitag 20.30 Uhr

## Deutsches Sportabzeichen

Die Olympiade des kleinen Mannes.

Von Mai bis Oktober trainieren wir auf dem Sportplatz: Laufen, Springen, Werfen – die lustige Truppe spornt uns zu Höchstleistungen an!

Urkundenverleihung ist immer mit einem Frühstück im Frühjahr. Die alten Hasen freuen sich über jeden Neuen.

► Sonntag 10.30 Uhr

(Treffpunkt Schwimmerheim, Termine werden bekanntgegeben)

► **Ansprechpartnerin für die drei Angebote:**

Elke Heise Tel. 04171 71164

## Wie und wo Sie uns erreichen

**Zentrale Telefonnummer: 04171 606287**

Winsener Schwimmverein  
Schwimmerheim  
Bürgerweide 5  
21423 Winsen (Luhe)  
am Freizeitbad „Die Insel“

Alle Veranstaltungen, bis auf das Deutsche Sportabzeichen, finden im Freizeitbad „Die Insel“ statt.

### 1. Vorsitzende

Joan Schneemann

Tel. 04171 606287

Fax 04171 62275

### 2. Vorsitzender

Dietmar Kruse

Tel. 04171 653137

### Kassenwart

Bernd Lowin

Tel. 04171 75865

| <b>Mitgliedsbeiträge</b>        | <b>(ab 01/2016)</b> | <b>Euro</b> |
|---------------------------------|---------------------|-------------|
| Erwachsene jährlich             |                     | 106         |
| Erwachsene halbjährlich         |                     | 54          |
| Familien halbjährlich           |                     | 94          |
| Kinder/Jugend jährlich          |                     | 84          |
| Kinder/Jugend halbjährlich      |                     | 43          |
| Rentner jährlich                |                     | 65          |
| Aufnahmegebühr Einzelmitglieder |                     | 20          |
| Aufnahmegebühr Familien         |                     | 30          |

**Babyschwimmen (Kurs)**

95

**Vorbereitung zum Seepferdchen (Kurs)**

40

**Seepferdchenkurs**

70

**Erwachsenen-Schwimmkurse**

– Information auf Nachfrage –

E-Mail: [winsenersv@web.de](mailto:winsenersv@web.de)

[www.winsener-schwimmverein.de](http://www.winsener-schwimmverein.de)

Stand Oktober 2017

## Winsener Schwimmverein



**Wasserball – Babyschwimmen – Wassergewöhnung –  
Familienschwimmen – Jugendschwimmen –  
Wettkampfschwimmen – Triathlon –  
Wassergymnastik – Sportabzeichen**

**Nutzen auch Sie das vielfältige Angebot des  
Winsener Schwimmvereins  
im Freizeitbad „Die Insel“**

Winsener Schwimmverein

Liliencronweg 2

21423 Winsen (Luhe)

oder telefonisch unter:

04171 606287

**E-Mail: [winsenersv@web.de](mailto:winsenersv@web.de)  
[www.winsener-schwimmverein.de](http://www.winsener-schwimmverein.de)**

Angebote für Jung und Alt, Ansprechpartner und Übungszeiten finden Sie auf den nächsten Seiten.



## Babyschwimmen Familienschwimmen

Baby- und Kleinkinderschwimmen sorgt für eine frühzeitige Wassergewöhnung und fördert die Entwicklung Ihres Kindes. Die Kinder werden ab dem vierten Lebensmonat spielerisch mit dem Element Wasser vertraut. Gruppenspiele und Lieder sorgen für eine kindgerechte Atmosphäre. Zurzeit bieten wir vier offene Gruppen an für Kinder aller Altersgruppen und ihre Eltern im Freizeitbad „Die Insel“.

Treffpunkt ca. 10 Minuten vorher im Eingangsbereich des Freizeitbades. Sie sind herzlich zu ein bis zwei Probestunden eingeladen. Nur Badesachen und Handtuch nicht vergessen!

- ▶ Sonntag 08.15 Uhr und 09.00 Uhr
- ▶ Montag 16.30 – 17.15 Uhr
- ▶ **Ansprechpartnerin:** Claudia Lipski Tel. 04171 74429

## Babyschwimmen (Kurssystem)

Zusätzlich bieten wir das Babyschwimmen innerhalb eines Kurssystems unter Anleitung unserer erfahrenen Übungsleiter an. In dieser Gruppe werden Babys professionell auf den Umgang mit dem Element Wasser vorbereitet.

- ▶ Montag 15.45 – 16.30 Uhr
- ▶ **Ansprechpartnerin:** Claudia Lipski Tel. 04171 74429



## Schwimmen

Unsere Schwimmabteilung bietet für jeden Geschmack etwas:

### Vorbereitung zum Seepferdchen:

In erster Linie für Kinder ab fünf Jahre.

### Seepferdchen-Kurs:

Schließt sich nahtlos an die Wassergewöhnung an.

- ▶ Beide Angebote montags nach Vereinbarung
- ▶ **Ansprechpartner:** Wolfgang Zack 04174 2933

### Schwimmen Breitensport:

Hier finden sich in erster Linie alle Kinder wieder, die Spaß am Schwimmsport gefunden haben und die Angebote des Schwimmvereins, wie z.B. die Teilnahme an Vergleichswettkämpfen, nutzen möchten.

- ▶ Montag 14.00 – 16.15 Uhr  
(45 min pro Übungseinheit)

### Schwimmen Leistungssport:

Nachwuchs, Jugend und Senioren, die das Schwimmen als Leistungssport betreiben möchten, haben an vier Tagen im Winter- und an sechs Tagen im Sommerhalbjahr die Möglichkeit, unter der Anleitung unserer erfahrenen Trainer, sich auf die entsprechenden Wettkämpfe vorzubereiten. Dass dieses Konzept erfolgreich ist, zeigen die Erfolge von **Karin Seick** (Teilnahme an Olympischen Spielen, mehrfache Rekordhalterin auf deutscher und internationaler Ebene) gefolgt von Claudia Lipski, Sandra Stuhr, Heiko Stuhr und Reinhard Seick, die hier nur stellvertretend für die vielen anderen erfolgreichen Schwimmer/innen genannt werden. Auch unsere aktuelle Wettkampfmannschaft tritt erfolgreich bei Kreis-, Bezirks-, Norddeutschen- und Landesmeisterschaften auf.

- ▶ Montag 19.00 – 20.30 Uhr
- ▶ Samstag 08.00 – 09.30 Uhr
- ▶ Mittwoch und Freitag nach Vereinbarung

**Ansprechpartner:** Martina Homeyer  
martina.homeyer@freenet.de



## Wasserball

Wasserball – die Herausforderung im Schwimmsport. Schwimm- und Balltechnik sowie eine starke Kondition und Teamgeist sind hier gefragt. Unsere Herrenmannschaft spielt äußerst erfolgreich in der Stadtliga Hamburg und hat sogar auf nationaler Ebene bereits hervorragende Platzierungen belegt. Auch im Schüler-/Jugendbereich engagieren wir uns. Wenn Du mindestens neun Jahre bist und Spaß am Spiel im Wasser hast, bist Du herzlich zu ein oder zwei Probestunden willkommen.

### Wir trainieren zu folgenden Zeiten:

- ▶ **Schüler/Jugend** Sonnabend 09.00 – 10.00 Uhr
- ▶ **Herren** Montag 20.30 – 22.00 Uhr
- ▶ **Ansprechpartner:** Michael Lipski  
Tel. 04171 74429

## Triathlon

Schwimmen ist für viele Triathleten eine schwierige Disziplin. Wir bieten spezielles Schwimmtraining für Triathleten an.

### Trainingszeit:

- ▶ Mittwoch 20:30 – 21:30 Uhr

- ▶ **Ansprechpartner:** Matthias Möser Tel. 0172 4576353