

WASPO Schwimmstar

Zum ersten Mal haben wir den WASPO Schwimmstar im Deegfeld organisiert für die Kinder der Weißen- und Blauen Gruppe.

38 Kinder aus den weißen Gruppen Vanessa/Carina, Melina/Niklas und Herbert/Niklas und 8 Kinder aus der blauen Gruppe von Lena/Bärbel und Gerd hatten sich angemeldet.

In 2 Stunden mussten die Kinder betreut von den Trainern und Schwimmern aus der 1. und 2. Mannschaft unterschiedlichste Übungen ausführen.

Bei diesen Übungen ging es um Wassergefühl, Schnelligkeit und Geschicklichkeit im Wasser.

Die Blaue Gruppe musste folgende Aufgaben meistern:

- 3 Bahnen Brust,
- 1 Bahn Delphinsprünge,
- 1 Minute Kraul,
- 1 Bahn Beine Kraul,
- Kraulwende,
- Startsprung + weit wie möglich gleiten
- 1 Bahn Brust Arme und auf dem Brett sitzen

Die weiße Gruppe:

- 1 Bahn Brustbeinbewegung auf dem Rücken
- 1 Bahn Brust mit auf der Bahn 1x eine Vorwärtsrolle
- Kopf- oder Fußsprung und 1 Bahn schwimmen wobei durch einen Ring getaucht werden muss und Gegenstand vom Boden aufgehoben werden muss
- 1 Bahn Beine Kraul
- 1 Bahn Rücken wobei einmal um die Längsachse gedreht werden muss
- Abstoßen und weit wie möglich gleiten



Als Belohnung haben alle Kinder eine Urkunde + Trinkflasche bekommen.

Die Kinder und Trainer hat es viel Spaß gemacht und es wird dann auch bestimmt wiederholt mit dem Ziel, dass Kinder, Eltern und Trainer sehen dass Sie mittels Spiel, Sport, Spaß ein immer besserer Schwimmstar werden.