



Hessischer Schwimm-Verband e.V. Breiten-, Freizeit- und Gesundheitssport Jahresprogramm 2017

Das Ressort Breiten-, Freizeit- und Gesundheitssport im Hessischen Schwimm-Verband freut sich, Ihnen das Programm für 2017 vorstellen zu können. Bewährtes und Neues stehen – so hoffen wir – sich sinnvoll ergänzend nebeneinander. Sollten Sie Fragen oder Anregungen zu unserem Programm haben, wenden Sie sich bitte an die

HSV Geschäftsstelle
Otto Fleck Schneise 4
60528 Frankfurt/M.

Tel: 069/6789-208 (Montag – Freitag zwischen 9.00 und 12.00 Uhr), Fax: 069/6789-461

Email: info@hessischer-schwimm-verband.de



DSV-AQUAFITNESS-Instructor- Zusatzqualifikation Bewegungsraum Wasser

Die Zugangsvoraussetzungen für das Gütesiegel SPORT PRO GESUNDHEIT und die Zertifizierung der Bewegungsangebote der Sportvereine haben sich im Verlauf des Jahres 2016 verändert. Seitdem ist es für Angebote im Bewegungsraum Wasser, die mit dem Gütesiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet werden sollen, erforderlich, eine **Zusatzqualifikation Bewegungsraum Wasser** zu nachzuweisen. An zwei Wochenenden vermittelt das HSV Lehrteam

- die korrekte Ausführung der Grundbewegungen im Flach- und Tiefwasser,
- den Einsatz von Hilfsmitteln für die vertikalen Bewegungen im Wasser,
- die Möglichkeiten des Trainings von koordinativen und konditionellen Fähigkeiten im Wasser und
- die Unterstützungsmöglichkeiten durch Musik.

Darüber hinaus erhalten die Teilnehmenden Informationen über die rechtlichen Voraussetzungen, um am Beckenrand zu arbeiten, die besonderen physikalischen Eigenschaften des Wassers und die Master-Programme im Schwimmsport. Alles verpackt in viele praktische Übungen und eigene Unterrichtsversuche.

Am Ende erwerben die Teilnehmenden ein Zertifikat als DSV-AQUAFITNESS-Instructor, das auch als Zusatzqualifikation für SPORT PRO GESUNDHEIT und das Qualitätssiegel "Deutscher Standard Prävention" eingesetzt werden kann.

Besonderer Hinweis: Achtung, für die Teilnahme am Seminar muss das des Deutschen Rettungsschwimmabzeichens in Bronze (nicht älter als 2 Jahre) nachgewiesen werden!

Kurs-Nr. **BFG 01/17**

Zielgruppe: - Übungsleiter_innen mit Lizenz „Übungsleiter B-Prävention“ (ohne Bewegungsraum Wasser),
- Diplom Sportlehrer_innen, Physiotherapeuten, Ärzt_innen, die Angebote im Rahmen des § 20 SGB V im Bewegungsraum Wasser geben wollen,

Referent: Lehrteam HSV

Ort : Bad Sooden Allendorf

Termine: 03 – 05. Februar 2017 (Beginn am Freitag 19.00 Uhr)

24. - 26. Februar 2017 (Beginn am Freitag 19.00 Uhr)

Gebühren: 180,00 € für Vereinsmitglieder, 240,00 € für Nicht-Vereinsmitglieder

Anmeldeschluss: 14. Januar 2017

Leistungen: Skript, Mittagsverpflegung (Übernachtung kann organisiert werden)



Aquafitness basics - Einstiegsqualifikation für Übungsleiter

Seit über 20 Jahren steht „Aquafitness“ synonym für ein vielseitiges und gesundheitsorientiertes Bewegungsangebot im Wasser. Die besonderen physikalischen Eigenschaften des Wassers ermöglichen Menschen in allen Lebensaltern und mit allen Figur-Ausprägungen sich in diesem Bewegungsraum fit zu halten. Immer mehr Übungsleiter_innen haben deshalb bereits ihr Repertoire erweitert und bieten Aquafitness im ihrem Verein an. Ob für eine Übungsstunde, ein Kurs- oder ein Dauerangebot - nach dieser Basisqualifikation hat jede(r) ÜbungsleiterIn zahlreiche (neue) Ideen für seine/ihre Vereinsgruppe. Die Veranstaltung wird mit 15 LE zur Verlängerung der Trainer C-Lizenz Schwimmen Breitensport mit dem Profil Erwachsene/Ältere anerkannt.

Kurs-Nr. **BFG 02/17**

Zielgruppe: Übungsleiter_innen, Physiotherapeut_innen, Fachkräfte für Bäderbetriebe, Interessierte

Referent: Petra und Jörg Schröder

Ort : Rotenburg/Fulda

Beginn: 11. März 2017 - 10:00 Uhr

Ende: 12. März 2017 - 16:00 Uhr (16 LE)

Gebühren: 60,00 € für Übungsleiter_innen in hessischen Sportvereinen

80,00 € für andere Teilnehmer_innen

Anmeldeschluss: 18. Feb. 2017

Leistungen: Skript, Mittagsverpflegung



Aquafitness Zirkeltraining

Das Circuit-Training ist eine seit vielen Jahrzehnten bekannte Trainingsmethode für das Ausdauer- und Beweglichkeitstraining. In der Veranstaltung wollen wir das standardisierte Kreistraining (Zirkel- oder Circuit-Training) in den Bewegungsraum Wasser verlegen und die Möglichkeiten nutzen, die uns das Wasser anbietet.

Dafür können sich sowohl Kursleiter_innen anmelden, die die in der Aquafitness übliche Blockaufstellung durchbrechen wollen als auch Trainer_innen, die in ihrer Sportart mal etwas anderes ausprobieren möchten. Das Ziel lautet immer: die Kraftausdauer der Sportler_innen optimieren und ihre Beweglichkeit erhöhen. Die Veranstaltung wird mit 8 LE zur Verlängerung der Trainer C-Lizenz Schwimmen Breitensport mit dem Profil Erwachsene/Ältere anerkannt.

Kurs Nr. **BFG 03/17**

Zielgruppe: Übungsleiter_innen, Trainer_innen, Physiotherapeut_innen, Fachkräfte für Bäderbetriebe, Interessierte

Referenten: Liane Rasner-Peters

Beginn: 22. April 2017 - 10:00 Uhr

Ende: 22. April 2017 - 16:00 Uhr

Ort: Neukirchen/Knüll

Gebühren: 40,00 € für Übungsleiter_innen in hessischen Sportvereinen

60,00 € für andere Teilnehmer_innen

Anmeldeschluss: 01. April 2017

Leistung: Skript, Mittagessen



Einweisung in die Masterprogramme „Aqua jogging“ und „Aqua gymnastik“

Die Teilnahme an der Einweisung in die Master Programme "Aqua jogging" und "Aqua gymnastik" ist die Voraussetzung für die Durchführung von Angeboten, die mit dem Gütesiegeln "SPORT PRO GESUNDHEIT" und "Deutscher Standard Prävention" ausgezeichnet werden sollen. Die Lehrgangsteilnehmer_innen erhalten nach erfolgreicher Teilnahme ein entsprechendes Zertifikat. Nur mit diesem Zertifikat besteht die Möglichkeit präventive Kursangebote durchzuführen, für die die Teilnehmenden bei ihrer Krankenkasse finanzielle Zuschüsse beantragen können.

Das Master-Programm "Aqua gymnastik" ist auf Bewegungskurse im Flachwasser ausgerichtet und unterstützt die Teilnehmenden bei der Kräftigung der Muskulatur; für den Master "Aqua jogging" dagegen benötigen die Vereine Tiefwasser. Mit diesem Programm sollen die Ausdauerleistungen der neuen Vereinssportler verbessert werden.

Kurs-Nr. BFG 04/17
Zielgruppe: Übungsleiter P Prävention Bewegungsraum Wasser
Referent: Lehrteam HSV
Ort: Bad Sooden Allendorf
Termin : 13.05.2017 (10 - 17 Uhr)
Gebühren: 40,00 €
Anmeldeschluss: 02. Mai 2017
Leistungen: Skript, Mittagsverpflegung



Schwimmen im Ganztage – Wasser hat keine Balken

Wasser fasziniert auf alle Kinder. Kommen noch zusätzlich Bälle ins Spiel, sind sie sofort zum Mitmachen und Mitspielen bereit. Dabei spielt es keine Rolle, ob „das Runde“ klein oder groß, weich oder hart ist.

Die Fortbildung verknüpft die beiden Bewegungserlebnisse, um einen spielerischen Zugang zum Schwimmen zu erfahren. Es sollen alte und neue Ballspiele

vorgestellt werden, die allen Kindern Spaß machen und die ihnen neue Bewegungs- Umwelt- und Materialerfahrungen ermöglichen.

Spiele im Wasser erleichtert auch Kindern mit etwas mehr Figur die Teilnahme und wirkt so dem allgemeinen Bewegungsmangel entgegen.

Spiele sind lernend, und so erwerben die Schülerinnen und Schüler im Schwimmbad Wissen über die physikalischen Eigenschaften, die in diesem besonderen Bewegungsraum auf sie wirken und üben im Spiel, die für einen sicheren Aufenthalt im Wasser notwendigen Fertigkeiten.

Die Veranstaltung ist mit 8 LE für die Ausbildung zum ÜL-B „Sport im Ganztage“ (in Kooperation mit der Sportjugend Hessen) und zur Lizenzverlängerung Trainer C Schwimmen Breitensport Profil Kinder/Jugendliche anerkannt.

Kurs-Nr. **BFG 06/17**
Zielgruppe: Trainer_innen, Übungsleiter_innen, Lehrkräfte, Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst, Pädagogische Fachkräfte in Kita und Ganztage
Referent: Axel Dietrich
Ort: Ronneburg
Beginn: 24. Juni 2017 - 10:00 Uhr
Ende: 24. Juni 2017 - 18:00 Uhr

Gebühren: 40,00 € für Übungsleiter_innen in hessischen Sportvereinen
60,00 € für andere Teilnehmer_innen

Anmeldeschluss: 03. Juni 2017

Leistungen: Skript, Mittagsverpflegung

(Die Akkreditierung bei der Hessischen Lehrkräfteakademie ist beantragt).



Schwimmen mit kleinen Kindern

Die Veranstaltung knüpft an das Seminar zum Baby- und Kleinkinderschwimmen an. Der Hessische Schwimm-Verband möchte damit eine Lücke schließen, die meist zwischen den Angeboten zur allgemeinen Entwicklungsförderung (0-3 Jahre) und dem Schwimmen lernen (ab 5 Jahre) klafft. Die Seminarteilnehmer_innen setzen sich mit der körperlichen, motorischen, geistigen und emotionalen Entwicklung der 2-5-jährigen Mädchen und Jungen auseinander und probieren Übungen aus, die die Jüngsten im Verein spielerisch zum sicheren Bewegen im Wasser zu führen. Daneben beschäftigen wir uns mit den Rollenzuweisungen an die Eltern, die nicht nur als Helfer für ihre eigenen Kinder eingesetzt werden können. Die Veranstaltung wird mit 15 LE zur Verlängerung der Trainer C-Lizenz Schwimmen Breitensport mit dem Profil Kinder/Jugendliche anerkannt.

Kurs Nr. **BFG 07/17**

Zielgruppe: Übungsleiter_innen, Trainer_innen, Pädagogische Fachkräfte, Interessierte

Referenten: Karin Kölblin

Beginn: 23. Sept. 2017 – 10.00 Uhr

Ende: 24. Sept. 2017 – 16.00 Uhr

Ort: Geisenheim

Gebühren: 60,00 € für Übungsleiter_innen in hessischen Sportvereinen
80,00 € für andere Teilnehmer_innen

Anmeldeschluss: 02. Sept. 2017

Leistung: Skript, Mittagessen



Aqua im Quadrat

Neue Ideen anstelle neuer Geräte - die Tagesfortbildung bringt den Teilnehmenden neue Ideen, ohne neue kostspielige Geräte anschaffen zu müssen. Mit vier verschiedenen Musikrichtungen (Latino, Rock n' Roll, Deutscher Schlager und „Ballermann“) variieren wir im Seminar die Aquafitnessbewegungen. Dazu erhalten die Teilnehmenden viele nützliche Tipps für eine gesundheitsfördernde Bewegung im Wasser. Die Teilnahme wird mit 8 LE zur Lizenzverlängerung Trainer C Schwimmen Breitensport Profil Erwachsene/Ältere und Übungsleiter B Prävention Bewegungsraum Wasser anerkannt.

Kurs Nr. **BFG 08/17**

Zielgruppe: Übungsleiter_innen, Trainerinnen, Physiotherapeut_innen, Fachkräfte für Bäderbetriebe, Interessierte

Referenten: Liane Rasner-Peters

Beginn: 21. Okt. 2017 - 09.00 Uhr

Ende: 21. Okt. 2017 - 16.00 Uhr

Ort: Alsfeld

Gebühren: 40,00 € für Übungsleiter_innen in hessischen Sportvereinen
60,00 € für andere Teilnehmer_innen
Anmeldeschluss: 30. Sept. 2017
Leistung: Skript, Mittagessen



Rock about Aqua – das Power-Wochenende

Für alle, die neue Ideen für ihre Aquafitness Stunden suchen, haben wir dieses Power Wochenende organisiert. Die Lehrgangsteilnehmer_innen sollen in verschiedenen Praxisworkshops Ideen austauschen, alternative Hilfsmittel kennen lernen und bei der Musikauswahl den richtigen Ton treffen. Die erfahrenen HSV Referenten

leiten an zu Aqua Stepp, Aqua Boxing, Intervall- und Zirkeltraining. Unser Ziel: an einem Wochenende so viele wie möglich Kalorien mit Aquafitness abbauen. Referate zu aktuellen gesundheitsbezogenen Themen runden das Programm ab. Die Veranstaltung wird mit 15 LE zur Lizenzverlängerung „Trainer C Breitensport Schwimmen“ und „Übungsleiter B Prävention Bewegungsraum Wasser“ anerkannt.

Kurs Nr. **BFG 09/16**
Zielgruppe: Übungsleiter_innen, Trainer_innen, Physiotherapeut_innen, Fachkräfte für Bäderbetriebe, Interessierte
Referenten: HSV Lehrteam
Beginn: 27. Okt. 2017 - 19.00 Uhr
Ende: 29. Okt. 2017 - 16.00 Uhr
Ort: Rüdesheim
Gebühren: 80,00 € für Übungsleiter_innen in hessischen Sportvereinen
100,00 € für andere Teilnehmer_innen
Anmeldeschluss: 07. Okt. 2017
Leistung: Skript, Mittagessen



Schwimmen lernen für Erwachsene

Immer wieder erhalten Menschen von ihrem Arzt den Tipp, Schwimmen zu gehen, um ihrem Herzen oder dem Rücken etwas Gutes zu tun. Dabei übersehen die Mediziner oft, dass zahlreiche Erwachsene nicht sicher Schwimmen können.

Da sie sich deshalb den Bewegungsraum Wasser nicht erschließen können, entgehen Ihnen zahlreiche Möglichkeiten für ihr persönliches Wohlbefinden und ihre Gesundheit

selbstständig zu sorgen.

Im diesem Seminar lernen Übungsleiter_innen und Trainer_innen, wie sie Personen ansprechen, die erst als Erwachsene das Schwimmen erlernen, welche Übungen für die Wassergewöhnung erwachsener Menschen hilfreich sind und wie sie ihnen helfen können, (Wasser-)Ängste zu überwinden. Die Veranstaltung wird mit 15 LE zur Lizenzverlängerung „Trainer C Breitensport Schwimmen“ Profile Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere anerkannt.

Kurs-Nr. **BFG 10/17**
Zielgruppe: Trainer_innen, Übungsleiter_innen
Referent: Jörg Schröder
Ort: Mühlthal
Beginn: 18. Nov. 2017 - 10:00 Uhr
Ende: 19. Nov. 2017 - 16:00 Uhr
Gebühren: 60,00 € für Übungsleiter_innen in hessischen Sportvereinen
80,00 € für andere Teilnehmer_innen

Anmeldeschluss: 28. Okt. 2017
Leistungen Skript, Mittagsverpflegung

Weitere Veranstaltungen

KaGeWe – Ort: Nordhessen Frühjahr 2017

Zum Abschluss der Saison 2016/17 gibt es bereits seit über 10 Jahren den KaGeWe der Fachsparte BFG im Norden Hessens. Eingeladen sind wieder alle Kindermannschaften zwischen 6 und 10 Jahren. (Jahrgänge 2007 bis 2011). **Ausschreibung ab Januar im Netz**



15. Outdoor Aquarunning – Edersee Badestelle Hemfurth – 19. August 2017 – Start 14.00 Uhr

Zum 15. Outdoor Aquarunning lädt der HSV alle „aquafitten“ Läuferinnen und Läufer an den Edersee ein. Inzwischen haben sich feste Freundschaften gefunden und alle kommen gern wieder in die romantische Badestelle unterhalb der DLRG Station. Anmeldungen erfolgen formlos oder auf der Anmeldekarte aus dem Edersee Flyer, der ab März im Internet zu finden ist.

Angebote in Zusammenarbeit mit der Zentralen Fortbildungsstätte für Sportlehrkräfte (ZFS)



Schwimmen inklusiv

Schwerpunkt der Veranstaltung ist die Kompetenzerweiterung im Bereich des inklusiven Schwimmunterrichts. Themenschwerpunkte sind die theoretischen Grundlagen zu den verschiedenen Förderbedarfen, Behinderungsbilder, spezielle Schwimm-Materialien, Methoden, etc. Die Teilnehmenden erhalten

- Informationen über verschiedene Behinderungsbilder,
- die rechtlichen Grundlagen zur Inklusion und zum Schwimmunterricht mit beeinträchtigten Schülerinnen und Schülern
- die Gefahren und Risiken im Bewegungsraum Wasser und
- Fördermöglichkeiten im Bereich eingeschränkter Motorik

Kurs Nr. **BFG 51/17**

Zielgruppe: Lehrkräfte und Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst sowie sozialpädagogisches Personal (auch Teilhabeassistenten) aller Schulformen (L1-L5)

Referenten: Peter Wenzel, Jan Ebert, Axel Dietrich

Termine: 17. März 2017 - 09.30 bis 16.00 Uhr
28. März 2017 – 09.30 bis 16.00 Uhr

Ort Baunatal /Kassel

Gebühren 35,00 €

Akkreditiert bei der Hessischen Lehrkräfteakademie unter: 0168690402



Qualifikation Schwimmunterricht in der Schule

Zweimal zweitägiger Lehrgang im Umfang von 38 Lerneinheiten mit der Möglichkeit des Erwerbs der Qualifikation zur Erteilung von Schwimmunterricht (gemäß Verordnung vom 28. März 1985, geändert durch VO vom 02. Jan. 2009). Die Lernziele sind so ausgerichtet, dass die Teilnehmer/innen die spezifischen Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten für die Arbeit mit Schülern und Schülerinnen im Schwimmbad erfahren und beherrschen lernen. Hierzu gehören insbesondere:

- Kenntnisse der schwimmsportspezifischen Didaktik und Methodik,
- Erwerb von Fähigkeiten und Kenntnissen zur Vermittlung von Wassergewöhnung und Wasservertrautheit der verschiedenen Schwimmmarten (Erwerb von sportmotorischen Fähigkeiten),
- Kenntnisse über die Vermittlung der vier verschiedenen Schwimmmarten,
- Eigenrealisation der Bewegungs- und Übungsformen, die die Schülerinnen und Schülern lernen sollen,
- Kenntnisse der Organisations- Ordnungs- und Sicherheitsformen und -maßnahmen, die für den Unterricht und den Aufenthalt im und am Wasser notwendig sind,

Kurs Nr. **BFG 52/17**

Zielgruppe: Lehrkräfte an hessischen Grund- und Förderschule ohne Fakultas Sport

Referentin: Edelgard Behrje-Lieberknecht

Termine: 19. - 20. Mai 2017 jeweils 09.00 bis 18.00 Uhr und
16. - 17. Juni 2017 jeweils 09.00 bis 18.00 Uhr

Ort Immenhausen (bei Kassel)

Gebühren 150,00 €

Akkreditiert bei der Hessischen Lehrkräfteakademie unter: 0147800909

Kurs Nr. **BFG 53/17**

Zielgruppe: Lehrkräfte an hessischen Grund- und Förderschule ohne Fakultas Sport

Referentin: Edelgard Behrje-Lieberknecht

Termin: 20. – 21. Okt. 2017 jeweils 09.00 bis 18.00 Uhr und
03. - 04. Nov. 2017 jeweils 09.00 bis 18.00 Uhr

Ort Rotenburg a. d. Fulda

Gebühren 150,00 €