

Übungsstätte

Bille Bad Bergedorf
Reetwerder 25
21029 Hamburg

Neuanmeldungen/Vorschwimmen

Wir laden schwimminteressierte Kinder, die regelmäßig bei der SG Bille trainieren möchten, zum Vorschwimmen ein. Erst nach der Teilnahme am Vorschwimmen können wir einschätzen, ob es freie Plätze in einer passenden Gruppe gibt.

Voraussetzung: mindestens Bronzeabzeichen

Termine und Informationen zur Anmeldung:

siehe www.sgbille.de/vorschwimmen/



Angebote der SG Bille

Die Schwimmgemeinschaft Bille besteht aus den Schwimmabteilungen unserer Stammvereine

ASV Bergedorf 85

TSG Bergedorf

VfL Lohbrügge

SV Nettelburg-Allermöhe



Vorsitzender

Björn Andressen

Ausführliche Information

www.sgbille.de

Ansprechperson Wettkampfsport

Wolfgang Jordt

W_jordt@aol.de

Stand November 2023

Schwimmschule ab 5 Jahre

Im Rahmen der Schwimmschule bieten wir unterschiedliche Gruppen an.

Seepferdchengruppen



Seepferdchen I

Voraussetzung: wassergewöhnt sein

Inhalte: Wasserbewältigung mit Übungen zum Arm-, Beintrieb in Bauch- und Rückenlage; vertiefende Übungen zum Atmen, Gleiten, Tauchen, Springen

Ziel: Erwerb des Seepferdchenabzeichens

Betreuung: 3 – 4 Anleitende für 15 – 18 Kinder

Seepferdchen II

Voraussetzung: Seepferdchengruppe I, Seepferdchenabzeichen

Inhalte: Festigung der Schwimmtechnik in Rücken- und Bauchlage, vertiefende Übungen zum Atmen, Gleiten, Tauchen, Springen

Ziel: Vorbereiten auf das Seehundabzeichen

Termine und Informationen zur Anmeldung:

siehe www.sgbille.de/schwimmschule/

Seehunde



Voraussetzung: Seepferdchengruppe II, Seepferdchenabzeichen, Erfahrungen im Rücken- und Brustschwimmen

Inhalte: Festigung Rücken- und Brustschwimmen, Streckentauchen, Rollen, Startsprung, Wasserballkräulen

Ziel: Vielseitigkeitsabzeichen Seehund Trixi, Vorbereiten auf das Bronzeabzeichen

Betreuung: 3 – 4 Anleitende für 15 – 18 Kinder

Termine und Informationen zur Anmeldung:

siehe www.sgbille.de/schwimmschule/

Bronzegruppe



Voraussetzung: Seehundabzeichen, Seepferdchenabzeichen und 50 m sicher in Rücken- sowie Bauchlage schwimmen können

Inhalte: ausdauerndes Schwimmen, Brust-, Rückenschwimmen, Tieftauchen, Paketsprung vom Startblock

Ziel: Erwerb des Bronzeabzeichens

Betreuung: 2 – 3 Anleitende für 15-18 Kinder

Termine und Informationen zur Anmeldung:

siehe www.sgbille.de/schwimmschule/

Triathlon

Nur für Vereinsmitglieder

Ansprechpartner: Klaus Dieter Stein
info@tri-bandits.de

Fit und Gesund

Aqua – Fitness



Mo. 19:00 – 19:45

Termine/ Kosten/ Anmeldung:

siehe www.sgbille.de/fit-und-gesund/

Rückenschule für Erwachsene

Do. 19:00 – 19:45

Termine/ Kosten/ Anmeldung:

siehe www.sgbille.de/fit-und-gesund/