



Der Schwimmverein Sempachersee stellt sich vor

Geschwommen, getaucht, gesprintet. Geschwitzt, gelacht, geschnauft. Mal schnell, mal langsam, aber immer von der einen zur anderen Seite. Das wird es sechs Mal pro Woche im Hallenbad SPZ in Nottwil oder im Campus Sursee.

Der Schwimmverein Sempachersee ist vor allem in Nottwil fast täglich anwesend, denn Wasser ist die Leidenschaft von jedem einzelnen Mitglied.

Seit 17 Jahren

Gegründet wurde der heute über 180 Mitglieder tragende Verein im Mai 2000 von vier begnadeten Sportlern, unter ihnen auch der Triathlet Christoph Mauch. Dieser steht auch heute noch jede Woche am Beckenrand und erklärt den begeisterten, jungen Schwimmerinnen und Schwimmer, wie sie ihre Technik verbessern können.

Neben Christoph Mauch sind im Schwimmverein noch 20 andere Trainerinnen und Trainer im Einsatz, die den Kindern, Jugendlichen oder auch Erwachsenen die Freude am Schwimmsport vermitteln. Ausgebildet wurden und werden alle diese auf die gleiche Art und Weise: Während einem Jahr agieren sie als Hilfsleiter und leiten gemeinsam mit einer erfahrenen Leitperson verschiedene Kurse

und Trainings. Sobald sie das 18. Lebensjahr erreicht haben, absolvieren sie zudem noch die J&S Leiterausstellung im Sportfach Schwimmen.

Freude am Nass

Geschwommen wird in verschiedenen Trainingsgruppen, eingeteilt nach Alter und Technik, um die vier verschiedenen Schwimmtechniken (Kraul, Brust, Rücken und Delfin) stetig zu verbessern und konditionelle sowie auch koordinative Fähigkeiten optimal zu fördern. Der Schwimmverein Sempachersee ist ein Breitensportverein, wo der Spass und die Freude an der Bewegung im Nass im Vordergrund stehen.

Der Verein besitzt aber auch ein Wettkampfteam mit aktuell ungefähr 17 Schwimmerinnen und Schwimmer, die sich vier bis fünf Mal im Jahr mit Gleichaltrigen messen und so sportliche Erfolge erzielen und feiern können.

400 Kinder pro Jahr

Neben all den verschiedenen Trainings führt der Schwimmverein Sempachersee auch noch eine Schwimmschule, wo jährlich fast 400 Kinder das Schwimmen, Tauchen und Spielen im Wasser er-

lernen. In stufengerechten Kursen erlernen und verbessern die jungen aber teilweise auch erwachsenen Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihr Können im Wasser. Während den Kursperioden finden wöchentlich 20 Kurse statt. Dabei ist es das Ziel, dass zum Abschluss aller Kursstufen die Grundpfeiler des Schwimmens erlernt worden sind und alle vier Schwimmstile zur Fortbewegung genutzt werden können.

Wasser verbindet

Natürlich trifft sich der Verein auch ab und zu ausserhalb des Wassers und mit etwas mehr Kleidern als nur dem Badeanzug – das Trainingslager, der Vereinsausflug, der Erwachsenenabend und natürlich die Vereinsmeisterschaft sind Highlights in jedem Vereinsjahr. So mancher Junge war dabei schon erstaunt, wenn er seine Trainingskolleginnen plötzlich geschminkt und gestylt sah.

Die meisten Mitglieder des Schwimmvereins Sempachersee kommen – und bleiben. Viele haben durch die Schwimmkurse den ersten Schritt in den Verein gewagt und sind geblieben, weil Wasser nicht nur gesund ist, sondern auch mächtig Spass machen kann!

Belinda Kreienbühl

Offenes Schnuppertraining

Samstag, 25. Nov. 2017, 15.30 – 16.30 Uhr im Hallenbad Schweizer Paraplegiker Zentrum, Nottwil

Neumitglieder und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen, während einer Stunde ein Kids-, Jugend- oder Erwachsenentraining zu besuchen. Voraussetzungen sind Grundkenntnisse in Rücken, Brust und Kraul sowie 50 Meter am Stück schwimmen zu können. Treffpunkt ist 10 Minuten vor Trainingsstart ungeduscht im Hallenbad, der Eintritt ist frei. Wir freuen uns auf deinen Besuch bei uns im Training!

Sv Sempachersee
Postfach, 6210 Sursee
ss.sempachersee@gmx.ch

www.svsempachersee.ch



Training des Startsprungs während des Breitensporttrainings für Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren.



Jaël Knüsel, Maëlle Giudici und Leandra Vonaburg während eines Kidstrainings am Mittwochnachmittag.



Yalin Sahin, Mitglied des Wettkampfteams, während eines Delfin-Sprints am SVE Cup im Hallenbad SPZ Nottwil.

Wir begleiten Querschnittgelähmte. Ein Leben lang.

Schweizer Paraplegiker Stiftung

1482039

1482041

«Treuhand - Steuern - Recht - Unternehmensberatung - Immobilienmanagement für KMU zugeschnitten.»

GEWERBETREUHAND

www.gewerbe-treuhand.ch