

Vereinsanschrift: ViBS e.V. Gudrun Schwarz, Oldenburgstr. 6 a, 38108 Braunschweig
Tel.: 0531-371656, Fax: 0531-2396586, E-Mail: vibs.braunschweig@web.de

Wer ist **ViBS e.V.** – Verein für integrative Bewegung und Sport für Menschen mit Behinderungen und deren Familien.

Gegründet 2006 in Braunschweig mit dem Ziel einmal jährlich eine Kurswoche für interessierte Familien durchzuführen und über den Weg der anerkannten Gemeinnützigkeit beim Finanzamt Braunschweig unter der Steuer-Nr. 13/ 220/ 00287 Geldeingänge an den Verein anteilig an die Familien zurückfließen zu lassen.

Was bietet ViBS e.V.

Kurskonzept für junge Menschen mit Kleinwuchs oder anderen Mobilitätseinschränkungen

15 - Std. - Kompaktkurs in 6 Tagen

zum Schwimmen lernen und/oder zur Verbesserung der Schwimmtechnik

Alter der Teilnehmer: ab 4 Jahre in Begleitung eines Elternteiles

Anzahl der Teilnehmer: 15 - 20

Bürgerparkbad in Braunschweig, Nimesstraße, (32 °C Wassertemperatur)

Unterbringung im Hotel

Unterstützung durch ausgebildete Übungsleiter und Helfer

Versicherung über Vereins-Mitgliedschaft

Ziel des Kurses: Sicherheit im Wasser erreichen

"Seepferdchen" und / oder andere Prüfungen: Bronze, Silber, Gold ablegen.

Kursangebot

Kinder: 4-6 Jahre werden spielerisch in die Wassergewöhnung eingeführt.

- Kennen lernen des Elementes Wasser
- Abbauen von Ängsten
- Einführung von Hilfsmitteln - Noodle, Brett, Gürtel, Schwimmringe
- Erlernen der Schwimmtechniken für Brust- und Rückenschwimmen
- Vermittlung der Atemtechnik
- Kopfsprung - Gleiten - Tauchen
- Kontinuierliches Üben
- Schwimmen mit Hilfsmittel in Grobform
- Abbau der Hilfsmittel bis zum freien Schwimmen
- Ableisten der Schwimmprüfungen

Bankverbindung: Volksbank Braunschweig-Wolfsburg (BLZ 269 910 66)
Kontonummer: 111 9370 000

Vereinsanschrift: ViBS e.V. Gudrun Schwarz, Oldenburgstr. 6 a, 38108 Braunschweig
Tel.: 0531-371656, Fax: 0531-2396586, E-Mail: vibs.braunschweig@web.de

Schulkinder: ab 7 Jahre - Freies Schwimmen und Kondition soll gefestigt werden

- Verbesserung der Schwimmtechnik des Brust- und Rückenschwimmens
- Startsprung (Kopfsprung) und Gleitübungen
- Bewusster Einsatz der Atmung
- Aufbauübungen für das Ausdauer- und Streckenschwimmen
- Einsatz von Hilfsmitteln zur Verbesserung der Schwimmtechnik
- Einführung der Gleitphase in den Bewegungsablauf
- Tauchübungen zur Vorbereitung des Streckentauchens
- Ableisten der Schwimmprüfungen

Schwimmen bietet ein ganzheitliches Bewegungsprofil ohne Belastung der Gelenke.

Die besonderen Hebelverhältnisse, Verschiebung der Proportionen bei Kleinwüchsigen machen ein spezielles Angebot zum Schwimmen lernen notwendig. Um der ausgeprägten Muskelschlaffheit bei einigen Kleinwuchsformen entgegenzuwirken, ist Schwimmen als Präventivmaßnahme anzusehen und wird durch den Kurs unterstützt.

Bewegungseinschränkungen durch Gelenkversteifungen erfordern ein individuelles, auf die Teilnehmer abgestimmtes Lernprogramm.

Die schwimmtechnischen Vorkenntnisse der Teilnehmer bestimmen das Tempo im Kursverlauf.

Die individuelle Betreuung bringt den Teilnehmern einen schnellen Lernerfolg und stärkt das Sicherheitsempfinden nach kurzer Zeit. Die Gruppendynamik sorgt für hohe Motivation.

Für Ihre/Eure Fragen zum Kursangebot von ViBS e.V. stehen wir gern unter:
vibs.braunschweig@web.de zur Verfügung.

Das VIBS- Team

Der Vorstand

*1. Vorsitzende: Marian Louise Giffhorn
Bauermeisterwinkel 8, 38302 Wolfenbüttel
Tel. 05331-978044, E-Mail: Marian.Giffhorn@freenet.de*

*2. Vorsitzende/ Schriftführerin:
Katrin Buehler
Strauwecke 12, 38527 Meine
Tel. 05307-7946, E-Mail: katrin.buehler@online.de*

*Schatzmeisterin/ Kursplanung:
Gudrun Schwarz
Oldenburgstr. 6 a, 38108 Braunschweig
Tel.: 0531-371656, Fax: 0531-2396586
E-Mail: Fam.J.Schwarz@t-online.de*

Bankverbindung: Volksbank Braunschweig-Wolfsburg (BLZ 269 910 66)
Kontonummer: 111 9370 000