



Portrait

Schwimmen

Portrait Schwimmclub

Einleitung

Der Bereich Sport und Kultur ist neben der Arbeit in den verschiedenen Werkstätten ein zweites Standbein der Valida, das den Menschen mit einer Beeinträchtigung bei Ihrer Entwicklung unterstützen soll.

Der Schwimmclub ist, neben Basketball, Reiten, Radfahren, Fussball, Wintersport, Musik und Theater, ein wichtiger Bestandteil des Bereichs Sport und Kultur.

Die sportliche Bildung dient der Verbesserung der Fitness und der Beweglichkeit. Sie ist ein ideales Mittel, um Ängste ab- und Selbstvertrauen aufzubauen, sich in einer Gruppe zu behaupten, aber auch zu lernen, dass man mit einer Gruppe, wenn sie zusammenhält, weiter kommt.

Im sportlichen Wettkampf mit Sportlerinnen und Sportlern aus der ganzen Schweiz bei den Special Olympics Radrennen erleben sie die Gefühle des sportlichen Triumphes und die Enttäuschung der Niederlage.

1. Mitglieder (Stand 2016)

12 Athleten im Alter zwischen 20 und 50 Jahren

2 Betreuerinnen und Betreuer

2. Finanzierung

Die Aufwände für Training, Clubanlässe, sowie die Teilnahme an den nationalen Rennanlässen, werden durch die Mitgliederbeiträge und Spenden finanziert.

Der Mitgliedsbeitrag beträgt pro Saison 160 Franken.

3. Ausrüstung

Jede Athletin und Athlet erhält eine komplette Ausrüstung mit folgender Zusammensetzung: Trainer und Bademantel.

Es wird darauf geachtet, dass die Mannschaft einheitlich und sauber an Turnieren auftritt.

Die Badehose, Badeschuhe, Schwimmbrille und Badekappe gehören zur persönlichen Ausrüstung und werden von den Athleten selber finanziert.

4. Training / Trainingsbetrieb

Das Training im Schwimmclub fokussiert sich auf unterschiedliche Veranstaltungen. Trainingsbeginn ist in der Regel 3 bis 4 Monate vor dem Turnier. Die Athleten und Athletinnen trainieren in dieser Zeit extern in einem Schwimmbad mit 25m Bahnen. Das Training findet wöchentlich am Donnerstagabend von 16.30 Uhr bis 17.30 Uhr statt.

Die Mannschaft trainiert unter dem Patronat von Special Olympics nach angepassten internationalen Schwimmregeln.

Die Schwerpunkte im Training sind:

- Suchen eines optimalen Schwimmstils mit Rücksicht auf die Einschränkungen des Athleten und Athletin
- Trainieren der Schwimmstile: Freistil, Brustgleichschlag, Rücken und die Staffeln auf unterschiedlichen Distanzen von 25m bis 100m.
- Verbessern der Wasserlage
- Kondition und Beweglichkeit
- Vorbereitungen für einen rennmässigen Einsatz (Zeitmessung, Regeln des Anschlagens etc.)
- Vermitteln von sicherheitsrelevanten Aspekten im und am Wasser (lebensrettende Massnahmen)

Das Training findet an Randstunden während der Arbeitszeit statt.

5. Anlässe / Events

5.1 Einladungen Freundschaftswettbewerbe

Seit 1999 findet jährlich in Gais AI, das Gaisermeeting statt. Hier werden vor allem Athleten eingeladen, die spielerisch, einfache Aufgaben im Wasser wettkampfmässig lösen. Eine Eins zu Eins-Begleitung stützt sie bei ihrem Unterfangen, eine grösstmögliche Punktzahl zu erlangen. In der Regel nehmen 6 bis 10 Athleten an diesem Anlass teil.

5.2 Schweizer Meisterschaft Special Olympics Schwimmen

Unter dem Patronat von Special Olympics finden jährlich mehrere regionale und nationale Schwimmanlässe in der ganzen Schweiz statt. Der Schwimmclub der Valida nimmt durchschnittlich an 2, maximal 3 Veranstaltungen pro Jahr teil. Die Schwimmregeln entsprechen den Regeln der FINA und wurden von Special Olympics angepasst. Die Einteilung erfolgt über eine Vorrunde. Schlusspunkt bildet eine Siegerehrung mit Rangverkündigung unter Benennung des Siegers von maximal 8 Athleten.

Alle 4 Jahre finden zusätzlich nationale Spiele statt.

5.3 Internationale Turniere

Über Special Olympics Schweiz besteht die Möglichkeit, sich für internationale Schwimmwettbewerbe zu melden. Bei Zuschlag vertritt man jeweils die Schweiz. Die Finanzierung dieser Turniere erfolgt primär durch Spenden und einer Eigenleistung des Athleten. Die Kosten des Aufenthaltes werden jeweils vom Gastgeberland getragen.

5.4 Saisonschluss

Die letzte Zusammenkunft der Saison ist meist ein gemütlicher Anlass. Die Saison wird anhand von Fotos, Ranglisten etc. ausgewertet und die Ziele für die neue Saison werden zusammen erarbeitet.

6. Kleine Geschichte des Schwimmclubs

- 1993 Teilnahme von 2 Athleten an einem internationalen Special Olympics Wettbewerb in Sevilla, Spanien
Schwimm-Meeting in Balgach, Schweiz (?)
- 1999 Gaisermeeting, Gais, Schweiz
- 2001 Schwimm-Meeting in Balgach, Schweiz
Gaisermeeting, Gais, Schweiz
- 2002 Nationale Special Olympics Spiele in Lausanne, Schweiz
Gaisermeeting, Gais, Schweiz
- 2003 Schwimm-Meeting in Balgach, Schweiz
Gaisermeeting, Gais, Schweiz
- 2004 Gaisermeeting, Gais, Schweiz
- 2005 Schwimm-Meeting in Balgach, Schweiz
Gaisermeeting, Gais, Schweiz
- 2006 Nationale Special Olympics Spiele in Zug, Schweiz
Gaisermeeting, Gais, Schweiz
- 2007 Schwimm-Meeting in Balgach, Schweiz
Gaisermeeting, Gais, Schweiz

- 2008 Gaisermeeting, Gais, Schweiz
- 2009 Schwimm-Meeting in Balgach, Schweiz
- 2010 Nationale Special Olympics Spiele in Le Locle, Schweiz
Gaisermeeting, Gais, Schweiz
- 2011 Schwimm-Meeting in Balgach, Schweiz
Bodensee Cup, Bregenz (Österreich)
- 2012 Regionalen Special Olympics Anlass in Porrentruy, Schweiz
- 2013 Schwimm-Meeting in Balgach, Schweiz
Gaisermeeting, Gais, Schweiz
- 2014 Nationale Special Olympics Spiele in Bern, Schweiz
- 2015 Zusammenarbeitsvertrag mit dem Wassersportverein St. Gallen