

DLRG - Jugend Gerbrunn

NEWSLETTER

w w w . g e r b r u n n . d l r g - j u g e n d . d e

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Der Sommerurlaub ist wieder herum und die Hektik der Schule, des Studiums oder der Arbeit holt uns wieder ein.

Und das noch bei den kürzer werdenden Tagen und den kalten Temperaturen, die für uns alle abrupter kamen als wir uns es erhofft hatten.

So geht dieses Jahr 2016 schon wieder langsam seinem Ende entgegen. Dies merkt man auch bei uns in der Jugend, da der diesjährige Jugendtag noch untergebracht werden musste und so haben wir den 2. Dezember von den raren Möglichkeiten ausgewählt.

Mit der Weihnachtszeit gehen auch immer einige Veranstaltungen einher, sodass die Terminpläne der Meisten sich schnell füllen. Auch unsere Weihnachtsfeier am 10. Dezember solltest Du in deinem Terminkalender nicht vergessen!
Genieß den bunten Herbst und bleib aktiv!

Viel Spaß beim Lesen wünscht

i.A. Sabine Kolb
Jugendvorstandschaft DLRG Gerbrunn

Impressum Newsletter DLRG-Jugend Gerbrunn

Herausgabe und Redaktion:
DLRG-Jugend Ortsverband Gerbrunn
Postfach 1249
97216 Gerbrunn

Verantwortlich: Sabine Kolb, Tel.: 0151/52148904
Email: sabine.kolb@gerbrunn.dlrg-jugend.de

Kommende Termine

- 02.12.2016 Jugendtag mit anschließendem Spieleabend
- 03.12.2016 Plätzchen backen
- 10.12.2016 Nikolaus Besuch im Bad + Weihnachtsfeier im Pfarrheim St. Barbara (Frauenland/Wü)
- 20.-22.01.17 Winterfreizeit
- 18.02.2017 Ortsverbandsmeisterschaft
- 25.02.2017 Faschingsschwimmen

Sommerferien-Programm

Aktiontag

Ungefähr 35 Kinder und Erwachsene hatten am Actiontag der DLRG Gerbrunn ihren Spaß am und im Wasser.

Nachdem die Teilnehmer das DLRG-Heim Würzburg in Heidingsfeld gefunden hatten, an diesem heißen Sonntagvormittag, freuten sie sich sehr angekommen zu sein.

Die Kinder und Jugendlichen wurden in Gruppen eingeteilt um verschiedene Workshops zu durchlaufen. Diese waren zum Beispiel das Werfen eines Rettungsballs oder einer Wurfleine, eine bewusstlose Person in die stabile Seitenlage zu bringen, jemanden zu reanimieren und eine verletzte Person mit Verbänden zu versorgen. Außerdem konnten die Teilnehmer Sandgemälde oder Schlüsselanhänger gestalten.

Weiter auf Seite 2 >>



Nach dem Mittagessen ging dann die erste Gruppe aufs Boot, für viele das Highlight des Tages. Während eine Gruppe ihren Spaß auf dem Main hatte, hat ein Teil der Erwachsenen im erfrischenden Fluss trainiert. Die Kinder und Jugendlichen konnten weiter malen oder auf dem Rasen spielen.



Kinder beim Boot fahren
Foto: Tanja Prediger

Nach und nach war dann jeder mal auf dem Boot und allen war sehr warm. Daher wurden alle Leute, sogar die ohne Badesachen, Handtuch oder Wechselklamotten, mit dem Gartenschlauch und Wasserpistolen nass gespritzt.



Abkühlung an diesem heißen Tag
Foto: Tanja Prediger

Nach der Wasserschlacht wollten dann die Kinder und Jugendlichen im Main schwimmen. Rettungsschwimmer passten auf sie auf und so konnte nichts passieren.

Abends wurde dann der Grill angeschmissen und alle haben zusammen gegessen und den erlebnisreichen Tag ausklingen lassen.

Jugendtag

Einmal im Jahr findet die Jahreshauptversammlung der Jugend statt.

An diesem Tag berichtet die Jugendvorstandschaft über das vergangene Jahr, der Schatzmeister gibt die Kassenlage der Jugend wieder. Außerdem gibt es einen Ausblick auf die kommenden Aktionen.

Am 2. Dezember findet der diesjährige Jugendtag der DLRG-Jugend Gerbrunn statt.

Außer den oben genannten Vorträgen soll dieses Jahr noch eine neue Satzung verabschiedet werden. Hierbei dürfen alle Mitglieder zwischen 8 und 26 Jahren mit abstimmen.

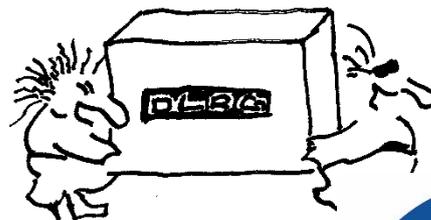
In der neuen Satzung soll u.a. das passive Wahlrecht von 14 auf 12 Jahre gesenkt werden, die Amtszeit der Jugendvorstandschaft von 3 auf 2 Jahre herabgesetzt werden sowie die Einladungsmodalitäten ein bisschen verändert werden.



Die aktuelle Jugendvorstandschaft
Foto: DLRG-Jugend Gerbrunn

Dieses Jahr wird es anschließend zum Ortsverbandsjugendtag einen **Spieleabend** geben! Dabei werden alle Teilnehmer gemeinsam viel Freude und Spaß haben!

Alle Mitglieder, Kinder, Jugendliche und Erwachsene, sind herzlich eingeladen sich am 2. Dezember um 18 Uhr in den Jugendräumen einzufinden!!!



Schwimmen bei Meisterschaften

Entwickelt haben sich die Meisterschaften aus der Idee, (zukünftige) Rettungsschwimmer zu trainieren und gegenseitig zu messen zur Förderung und Sicherung der Leistungsfähigkeit und Einsatzbereitschaft. Aus den Freiwasserwettkämpfen entwickelten sich Disziplinen, die auch in Schwimmhallen geschwommen werden konnten. Die Entwicklung des Rettungssports fördert in Deutschland hauptsächlich die DLRG. Aus der frühen Idee Leben zu retten ist nicht nur ein Trendsport geworden, sondern der Leistungs- und Spitzensport konnte sich bis zu den Weltmeisterschaften entwickeln.



Im Frühjahr, meist im Februar oder März, finden die OV-Meisterschaften statt. Was ist eine OV-Meisterschaft? Das sind die Wettkämpfe, die jeder Ortsverband austrägt, sodass die Schwimmer des OV's an anderen, größeren Meisterschaften teilnehmen können. Bei der OV-Meisterschaft qualifizieren sich die Schwimmer, die 1.-3. Platzierten in der Einzelwertung und alle Mannschaften, zur Bezirksmeisterschaft, die meist im April oder Mai stattfindet. Auch hier wird gegen andere Schwimmer angetreten und die Bestplatzierten dürfen auf Landesmeisterschaften fahren. Diese werden vom Landesverband ausgerichtet und finden meistens Ende Juni statt. Bei diesen Wettkämpfen qualifizieren sich die besten (Rettungs)Schwimmer für die Deutsche Meisterschaft, die im Herbst ausgetragen wird. Dort wiederum starten, wie der Name schon sagt, Schwimmer aus ganz Deutschland und wer hier gewinnt wird deutscher Meister.

Es wird in Altersklassen und in diesen nach Geschlechtern unterteilt. Je nach Alter ist dann die zu schwimmende Strecke kürzer oder länger. Starten kann jedes Mitglied, die Jüngsten, die gerade eine Bahn schwimmen können, im Sonderlauf, über die Jugendlichen bis zu den Erwachsenen und Senioren.

Als Startvoraussetzung gilt es nur die

altersentsprechende Schwimm- oder Rettungsschwimmprüfung zu besitzen.



Mannschaftsschwimmen bei der Bayerischen Meisterschaft 2016

Foto: Sabine Kolb

Eine Meisterschaft im Rettungsschwimmen besteht aus einem Einzel- und einem Mannschaftswettkampf.

Ein Schwimmer kann im Einzel, in der Mannschaft oder auch in beidem starten.

Eine Mannschaft besteht aus vier bis fünf Schwimmern und es werden ähnliche Disziplinen wie im Einzelrennen geschwommen, z.B. Hindernisschwimmen, Flossenschwimmen und Puppe schleppen. Die Puppe soll hierbei eine bewusstlose Person darstellen.

Hast du/Hat ihr Kind nun Interesse bekommen in einer Mannschaft beim Wettkampf zu schwimmen? Dann trage dich/tragen Sie ihr Kind zeitnah in der Liste an der Kasse am Samstag im Schwimmbad ein! Wegen der Mindest- bzw. Maximal-Personenzahl in einer Mannschaft muss die Mannschaftsplanung ein paar Monate vor den Wettkämpfen bereits beginnen, um möglichst allen Wünschen gerecht werden zu können.

Trockentraining

"Für mich ist es wichtig, auch mal nicht im Wasser zu trainieren, da ich dort die Muskeln, die man zum Schwimmen braucht und zusätzlich auch andere Muskelgruppen mittrainieren kann. Außerdem ist es toll zu merken, dass man durch das Trockentraining auch die schwimmerische Leistung verbessert. Mit seinen Teamkameraden oder Freunden zu trainieren, macht mir persönlich auch mehr Spaß als alleine."
Schwimmer Tobias, 14 Jahre

Weiter auf Seite 4 >>



Das Trockentraining der DLRG Gerbrunn findet immer mittwochs von 17:45 Uhr bis 19 Uhr in der Turnhalle der Volksschule Gebrunn statt. Es werden dort Kraft-/Ausdauertraining und Stabilitätsübungen, an das Schwimmtraining und Alter angepasst, ausgeübt.



Sportler bei Stabilitätsübung im Trockentraining

Foto: Lisa Mündlein

Das Training eignet sich für alle ab 12 Jahren (nach Absprache evtl. auch schon eher). Es sind alle willkommen! Wir freuen uns über neue Gesichter!!!

Das Training gestalten Sabine Kolb (sabine.kolb@gerbrunn.dlrg-jugend.de) und Lisa Mündlein (lisa.mündlein@gerbrunn.dlrg-jugend.de).

Bei Fragen können gerne die oben genannten Trainerinnen angesprochen oder -geschrieben werden.

Verkauf Badekappen & T-Shirts

Seit Juni 2016 hat auch die DLRG Gerbrunn T-Shirts und Badekappen mit dem Logo der DLRG Gerbrunn. Die Badekappe mit DLRG Logo + Gerbrunn Wappen & Schriftzug Gerbrunn gibt es in Universalgröße und kostet 7.50€.

Das T-Shirt mit

- Vorderseite DLRG Logo + Gerbrunn Wappen & Schriftzug Gerbrunn auf Brust
 - Rückseite Schriftzug DLRG Gerbrunn & Schwimmer mit Puppe
- kostet 10€.



Die Kappen und T-Shirts wurden entworfen, damit wir als Mitglieder des OV Gerbrunn als Team erkannt werden und das Gemeinschaftsgefühl und der Zusammenhalt gestärkt werden.

Bei Sabine Kolb könnt ihr eine Badekappe oder ein T-Shirt kaufen, wenn ihr gerne eine(s) haben möchtet!

