

DLRG St. Peter – Newsletter

August 2016

Inhaltsverzeichnis

Training für den ganzen Körper.....	1
Tagesaktuelle Berichte vom Einsatzgeschehen.....	2
Seeräuberparty und Spieleabend.....	2
Verlängerte Sommerferien für das DLRG-Training.....	2
Terminvorschau.....	3

Training für den ganzen Körper

Aqua-Fitness bei der DLRG St. Peter

Donnerstag morgen, kurz vor halb neun im Hallenbad St. Peter: Reger Betrieb inden Umkleiden, Duschen im Dauerbetrieb. Wer eine Schulklasse auf dem Weg zum Schwimmunterricht erwartet, reibt sich verwundert die Augen - die Schwimmhalle füllt sich mit Erwachsenen. Kurz darauf ertönt laute Musik, die Gruppe begibt sich ins Schwimmbecken.

Unter fachkundiger Anleitung von Ulrike Mark wird ein "spritziges Bewegungsprogramm" angeboten. Trainiert werden Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Die einzelnen Übungen werden von Ulrike Mark am Beckenrand erklärt und gezeigt, die

Gruppe macht im Wasser begeistert mit. Der Auftrieb ermöglicht ein Training für den ganzen Körper, bei dem die Gelenke geschont werden. Schwimnudeln und Schwimmbretter bringen nicht nur Farbe in das Geschehen, sondern erweitern auch das Spektrum möglicher Übungen.

Das gesamte Programm findet im Flachwasser statt, man muss sich nicht schwimmend über Wasser halten. Dennoch ist am Ende der halbstündigen Einheit zu erkennen dass die Teilnahme mit einer gewissen Anstrengung verbunden ist. Das kann manche nicht davon abhalten, im Anschluss noch ein paar Bahnen zu schwimmen. Die meisten der bis zu 20 Teilnehmer sind Stammgäste.

Das wöchentliche Aqua-Fitness-Programm läuft jeden Donnerstag von 8.30 bis 9.00 Uhr im Hallenbad St. Peter. Seit Januar 2016 wird es von der DLRG St. Peter angeboten.

Text: Rainer Maier



Aqua-Fitness mit der DLRG im Hallenbad St. Peter

Tagesaktuelle Berichte vom Einsatzgeschehen

Neues Einsatztagebuch auf www.st-peter.dlrg.de

Aus welchem Anlass war die DLRG vor kurzem beim Bulldogtreffen beteiligt? Was machen unsere Einsatzkräfte wenn sie wieder einmal mit Blaulicht und Sondersignal unterwegs sind? Und wie kommt es dass ein Wasserretter aus St. Peter neulich per Rettungshubschrauber unterwegs war?

Antworten auf diese Fragen liefert das neue Einsatztagebuch auf unserer Homepage. Dort berichtet unsere Einsatzgruppe über ihre zahlreichen Aktivitäten. Hierzu zählen selbständig durchgeführte Einsätze in und um St. Peter und auch die Mitwirkung als Bootsgruppe innerhalb der DLRG-Wasserrettung Breisgau.

Hier geht es direkt zum Einsatztagebuch:

<https://st-peter.dlrg.de/wasserrettung/einsatztagebuch.html>

Text: Rainer Maier



DLRG St. Peter im Einsatz: Sanitätsdienst beim Bulldogtreffen

Seeräuberparty und Spieleabend

Abschluss Ausbildungsjahr 2015/16

Zum Abschluss des Ausbildungsjahres 2015/16 veranstalteten die Ausbilder und Kinder der Seeräubergruppe am 26. Juli, dem letzten Dienstag vor den Ferien, die mittlerweile schon legendäre Seeräuberparty im Hallenbad. Zum Anschluss dieser Party bekamen die Kinder von ihren Ausbildern in Form des Seeräuberabzeichens den Lohn für ihre in diesem Jahr geleistete Arbeit.

Im Anschluss folgten dann die größeren Gruppen. Auch hier fand das Jahr mit einem Spieleabend seinen Abschluss. Diese Jahr konnten 22 Kinder mit dem Deutschen Jugendschwimmabzeichen (DJSA) in Bronze, 8 Kinder mit dem DJSA in Silber und 19 Kinder mit dem DJSA in Gold in die Sommerferien verabschiedet werden. Außerdem bekamen 10 Jugendliche das Junior-Retter-Abzeichen, was die Vorstufe für das später folgende Rettungsschwimmabzeichen bildet.

Bereits eine Woche früher, am Donnerstag den 21. Juli verabschiedeten sich die Jugendgruppen vom Donnerstag in die Ferien. Den Abschluss des Ausbildungsjahres 2015/16 bildete dann am 28. Juli ein gemeinsames Grillen aller aktiven Helfer der DLRG St. Peter am Haus der Gemeinschaft.

Text: Christian Schwär

Verlängerte Sommerferien für das DLRG-Training

Trainingsbeginn und Ausbilder-Besprechung

Die Sommerferien dauern bei der DLRG eine Woche länger: Am Dienstag, 13. September und am Donnerstag, 15.



September findet für alle Gruppen (Kinder, Jugendliche, Erwachsene) noch kein Training statt. *Text: Christian Schwär*

Unser Training im Hallenbad St. Peter beginnt für alle Gruppen am Dienstag, 20. bzw. Donnerstag, 22. September, jeweils zu den gewohnten Trainingszeiten.

Alle Ausbilder für die Kinder- und Jugendgruppen der DLRG St. Peter treffen sich am Dienstag den 13. September zur jährlichen Ausbilder-Besprechung. Beginn ist um 18:30 Uhr im Haus der Gemeinschaft.

Terminvorschau

Ausbilder-Besprechung

*→ Di, 13. September,
Haus der Gemeinschaft St. Peter*