



Ausgabe 3/2012



Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	3
Der Vorstand informiert	4
Triathlonabteilung	6
Nach der Saison ist vor der Saison	6
Apnoetauchlehrgang	7
Schwimmwettkampf in Bingen 3.-4. 11. 2012	9
Ihre Ansprechpartner im SSV	12
Übungsangebot des SSVF	14
Schwimmtechnikgruppe am Donnerstag von 20.00 –20.45 Uhr	16
Landau 3.11.2012	18
Baden-Württembergische Masters-Meisterschaften im Schwimmen - Kurze Bahn 20./21.10.2012 in Ulm	20
Baden-Württembergische Meisterschaften Masters, kurze Strecken, lange Bahn, in Karlsruhe am 21./22.7.2012	21
Wasserball-Senioren in Montreux	22
Ausschreibung SSVF	24
Vereinsmeisterschaften 2012	24
Yoga für alle	26
Anmeldung	27

Impressum:

SSV Freiburg e.V.
 Ensisheimer Str. 9, 79110 Freiburg
 Tel. (0761) 80 77 07, Fax: 89 75 007
 E-Mail: [platsch\(at\)ssvf.de](mailto:platsch(at)ssvf.de)
<http://www.ssvf.de/platsch>

Druck:

E. Böhm & Co.
 Offsetdruck GmbH
 79106 Freiburg, Egonstr. 22
 Telefon: (0761) 27 83 52

Der Vorstand informiert

Deutsche Meisterschaften im Westbad

Für das kommende erste Dezemberwochenende (1. und 2.12.12) ist unser Westbad Anlaufstelle für alle deutschen und internationalen Mastersschwimmer. Der SSV-Freiburg ist mit der Ausrichtung der 3. Deutschen (internationalen) Kurzbahnmeisterschaften der Masters im Schwimmen durch den Deutschen Schwimmverband beauftragt worden. Schon seit Beginn des Jahres ist das SSVF-Organisationsteam damit beschäftigt, den Ablauf dieser Großveranstaltung minutiös zu planen. Auf der eigens erstellten Wettkampfformerseite (<http://www.dkmm-freiburg.de/>) kann man sich umfassend über diese Veranstaltung informieren. Eines ist jetzt schon sicher, es wird auch diesmal einige Versuche geben, verschiedene nationale vielleicht auch internationale Altersrekorde zu knacken. Der SSVF-Förderverein wird wieder den Kuchenverkauf organisieren. Die Einnahmen daraus fließen komplett in die Förderung unserer jungen Wettkampfsportler. Deshalb freuen wir uns über zahlreiche Kuchenspenden und Kuchenesser.

Für alle, die noch keinen Netzanschluss haben folgende Infos:

Abschnitt: Samstag, 01.12.2012

Beginn: 10.00 Uhr

Abschnitt: Sonntag, 02.12.2012

Beginn: 09.30 Uhr

Um die Medaillen werden in allen Lagen auf den Strecken 50m und 100m gekämpft. Die spannenden Staffeln gibt es auf 4x50m FS, Lagen, Brust und Mix

Jochen, die Küche und die Kettensäge



Vor dem Einbau der neuen Küche im Vereinshaus, musste erst einmal die alte Küche samt Tresen "ausgebaut" werden. Die Vorstandsmitglieder Helmut und Jochen haben sich daran besonders massiv und aktiv beteiligt. Nach Einsatz unter anderem einer echten Kettensäge war es dann geschafft. Die Einzelteile der Alten füllten einen großen

Müllcontainer bis zum Rand. Vor dem Einbau der Neuen mussten aus hygienischen Gründen die Holzwand durch ein Edelstahlblech verkleidet werden. Die elektrischen Anschlüsse, die Wasserzufuhr, die Abwasserrohre mussten neu verlegt und der Dampfabzug erhielt einen richtigen Ausgang ins Freie. Für den neuen Tresen gab es



dann noch ein nagelneues Teil von IKEA und das musste natürlich erst mal gemäß der im Bausatz gefundenen, reich bebilderten und somit gut verständlichen Aufbauanleitung zusammengesetzt werden. Nach unseren Informationen waren alle notwendigen Schrauben und Teile tatsächlich im Bausatz enthalten und so schmückt ein fast neues Highlight unser Vereinsheim. Bei der Weihnachtsfeier im Anschluß nach den Vereinsmeisterschaften am 15. Dezember 2012 kann dann die Küche im Großeinsatz erstmals getestet werden.

Mike Börner

Zimmerei - Reparaturen - Dachfenster - Innenausbau - Öko-Balkone

Treppenbau



Armin und Josef

HASLER

Türkheimerstr. 1, 79110 Freiburg, Tel. 07 61/89 69 40-0, Fax 8 96 94-19

baden IT 

Triathlonabteilung

Nach der Saison ist vor der Saison ...

Wir blicken zurück auf einen Teilnehmerrekord beim eigenen Triathlon im Seepark im Juli, gute Ergebnissen in den BaWü-Ligen und sehr gute Ergebnisse auf den Langdistanzwettkämpfen in Köln, Barcelona und auf Hawaii zum Saisonende. Trotzdem, anstatt uns auf den Lorbeer auszuruhen, schauen wir jetzt schon wieder nach vorne.

Bei einigen Damen der Ligamannschaft herrscht momentan zwar stellenweise noch etwas Angst vor der eigenen Courage aber basierend auf den jüngsten guten Ergebnissen gerade der „älteren Semester“ bei den Herren ist nun der langjährig immer wieder verschobene Plan einer Mannschaft in der Seniorenliga (Ü40) Wirklichkeit geworden. Der Kader steht, das Ziel ist so klar wie auch nicht unrealistisch: Die Landesmeisterschaft!

Damit nun langfristig den jüngeren nicht die Luft ausgeht, konkretisieren sich an anderer Stelle die Bemühungen um den Nachwuchs. Ein Jugendausschuss hat sich gebildet, der Trainerlehrgang für eine der 4 Mitglieder wurde gebucht, die Kooperation zur eigenen Schwimmerjugend, mit Schulen und anderen Vereinen wurde begonnen aufzubauen, ein Kinder- u. Jugendtriathlon im Rahmen unserer eigenen Veranstaltung im nächsten Sommer ist fest vorgesehen und vieles mehr. Die konkreten Angebote für Kinder und Jugendliche werden in Kürze veröffentlicht.

Das alles reicht natürlich nicht, um kurzfristig den Auftritt der Herrenmannschaft

zu sichern. Hier werden sich die Aktivitäten verstärken müssen, gerade auch, um mit den vermehrten Anfragen von leistungsorientierten Athleten umgehen zu können, die sich im Raum Freiburg um ein triathletisches Betätigungsfeld bemühen. Eine abteilungsinterne, kritische Betrachtung der gewohnten Trainingsaktivitäten war hier ein erster Schritt. Weitere werden folgen.

Z.B. eignet sich im Raum Freiburg auch der Skilanglauf hervorragend, um den triathletischen Trainingsalltag im Winter zu bereichern. Auch hier laufen Bemühungen, dies vom Trainings-Gehheimtipp einiger weniger zur regelmäßigen Aktivität für viele, bislang vielleicht nur passiv Interessierte, zu erheben.

In diesem Sinne für den folgenden Winter: Tri heill!

Steffen

Apnoetauchlehrgang

Dienstag, 11. September

Wir trafen uns im Vereinsheim um 19.00 Uhr zum ersten Apnoelehrgang des SSV Freiburg. Leiter war der Apnoetauchlehrer Frank Brodbeck. Schüler des Einsternkurses waren Jan, Daniel, Mike, Stefan und Dirk.

Zweieinhalb Stunden lernten wir die Theorie des Apnoetauchens. Manche Gefahren wie das Schwimmbadblackout (verursacht durch Hyperventilation vor dem Tauchen) waren bekannt, andere wie das Flachwasserblackout (verursacht durch den sinkenden Partialdruck des Sauerstoffs im Blut beim Auftauchen) waren manchen von uns komplett neu. So lernten wir viele nützliche, wichtige und vor allem auch interessante Dinge über das Apnoetauchen. Aufpassen war Pflicht, da das Tauchabzeichen auch eine Theorieprüfung, welche natürlich bestanden werden muss, beinhaltet.

Um halb zehn war die Lehrstunde dann vorbei und das Grillzeug wurde ausgepackt. Wir grillten und futterten bis niemand mehr konnte, während wir politische Themen diskutierten. Der erste Tag – ein voller Erfolg.

Am nächsten Tag, Mittwoch, war dann ganz wie normal auch um 20.00 Uhr Tauchtraining im Westbad. Statt den sonst üblichen Spielen wie „Wer hat Angst vorm weißen Hai“ wurde ernst gemacht und der erste Teil der praktischen Prüfung wurde abgenommen. Im Schwimmbad waren gefordert:

- Eine Minute Zeittauchen in Ruhe
- 10 Meter Streckentauchen auf 5 Meter Tiefe
- 25 Meter Streckentauchen auf beliebiger Tiefe
- Retten eines Tauchers aus 5 Meter Tiefe

Dies zu schaffen war für uns ein Kinderspiel. Jeder von uns schafft weit mehr. Was aber wirklich wichtig war, war das richtige Sichern. Jedes Abtauchen musste speziell gesichert werden. Beim Streckentauchen musste der Sicherungstaucher an der Wasseroberfläche mitschwimmen und dann das letzte Drittel der Strecke neben dem zu Sichernden her tauchen. Beim Zeittauchen wurde unter anderem auf Zwerchfellzucken des Tauchers geachtet – ein Zeichen dafür, dass der Tauchende nun zu kämpfen hatte. Parallel dazu wurde in vorher abgesprochenen Zeitintervallen der Taucher angestupst, was für ihn das Signal war, ein Lebenszeichen von sich zu geben. Im Normalfall das Heben eines Fingers. Natürlich wurden auch hier mehrere Worst-Case-Szenarien durchgespielt. So lernten wir auch den Apnoe-Samba kennen. Wenn im Gehirn zu wenig Sauerstoff vorhanden ist, kann es passieren, dass der Körper unkontrolliert anfängt zu zucken. Es sieht fast so aus als würde der Taucher sich über seinen geglückten Tauchgang so sehr freuen, dass er hinterher anfängt Samba zu tanzen. In den leichteren Fällen. In den Härteren wird schon mal ein Zahn am Beckenrand ausgeschlagen. Hier ist es Aufgabe der Sicherung, den Taucher zu fixieren und so Unfälle zu vermeiden! Auf YouTube gibt es dazu viele Videos. Es lohnt sich echt diese anzusehen.

Donnerstag wurde dann wieder im Schwimmbad getaucht woraufhin wir uns im Anschluss in der Kegelstube zusammengesetzt haben und die erwähnten Videos angesehen haben.

Samstag, 15. September war es dann so weit.

Mit dem Vereinsbus fuhren wir in die Nähe von Rust an den Apostelsee. Ein be-

lieber Baggersee bei Tauchern, da man eine weit bessere Sicht hat als im Flücki (geht ja gar nicht anders).

Nach kurzen Gesprächen mit anderen Tauchern füllten wir unsere Boje mit Atemluft, zogen die Tauchzüge gegen die Kälte an und watschelten mit dem restlichen Krimskrams an die Einstiegsstelle des Sees. Dort angekommen sprangen wir dann in das doch schon recht kühle Nass. Die Boje wurde gesetzt und das andere Ende des Führungsseils mit dem Grundgewicht auf 15 Meter Tiefe versenkt. Zweiergruppen von Taucher und Sicherungstaucher wurden erstellt, die letzten Fragen wurden geklärt und dann begann ein für uns bis dahin unbekannter Aspekt des Apnoetauchens. Das Tieftauchen. In diesem Bereich des Tauchens gibt es ja ganz verrückte Menschen, deren Ziel es ist 1000 Fuß (305 Meter) tief zu tauchen. Aber für uns war nicht der Weltrekord das Ziel, sondern der Spaß und das gesunde, möglichst risikolose Tauchen.

Wie wurde besagtes Risiko minimiert? Durch Teamwork. Einer taucht und mindestens einer sichert. „Tauche nie allein“ - dies ist die wichtigste Grundregel des Tauchens. Egal ob Apnoe oder Gerätetauchen. Deshalb muss Teamwork trainiert werden. Und genau das taten wir. Wenn einer taucht (immer am Führungsseil entlang in die Tiefe) dann beobachtet ihn der Sicherungstaucher von der Wasseroberfläche aus. Nach einer bestimmten Zeit, oder auf ein bestimmtes Signal hin taucht der Sicherungstaucher dann auf halbe Tiefe ab und taucht dann von dort aus zusammen mit dem Taucher auf. Dieser Teil ist sehr wichtig, da das Flachwasserblackout beim Auftauchen zuschlägt und der Taucher dann ohne Sicherung einfach wieder im dunklen Nichts verschwinden würde. Dies übten wir ein paar Mal und tauchten dabei auf bis zu 15 Meter Tiefe (ganz schön kalt und dunkel da unten).

Auch das Retten des Tauchers aus ein paar Meter Tiefe wurde geübt. Dabei lernten wir ein paar richtig praktische Techniken, die man leider zeigen muss und nicht erklären kann.

Nach zwei Stunden im Wasser hatten dann alle die praktische Prüfung bestanden, ihren Spaß gehabt und waren am Frieren trotz teilweise echt dicken Neoprenanzügen. Der Tauchgang (ein Tauchgang ist die Gesamtheit der vielen kleinen Abstiege) ist bis auf ein bisschen Nasenbluten ohne Probleme verlaufen. Alle waren müde. Ohne körperliche Anstrengung einfach komplett fertig. Es war einfach zu viel Neues auf einmal. Aber fertig waren wir an diesem Tag noch lange nicht. Während der Heimfahrt schief die Hälfte des Buses, während die andere Hälfte sich auf die nahende theoretische Prüfung vorbereitete und Frank am Steuer saß.

Angekommen im Vereinsheim bekam dann jeder seine Unterschriften für den Praxisteil. Dann begann auch schon die Theorieprüfung. Nach spätestens 30 Minuten musste auch der Letzte seinen Fragebogen abgeben. Vorbei. Frank, der Apnoe-Tauchlehrer, wertete aus. Alle hatten bestanden. Manche knapp, andere fehlerlos. Der Stempelabdruck sah dann aber für alle gleich aus. Oder besser gesagt, das Blatt voller Abdrücke. Da alle geistig nicht mehr ganz auf der Höhe waren, war der Tag praktisch zu ende. Die neuen Einstern-Apnoe-Taucher fuhren müde und zufrieden heim, um dort dann, zumindest in meinem Fall, ins Bett zu fallen. Im Land der Träume wurde dann noch weiter getaucht, aber das ist eine andere Geschichte.

Schwimmwettkampf in Bingen

3.-4. 11. 2012



Samstag, dem 3. November traf sich die Wettkampfmannschaft der Freiburger Flossenschwimmer um halb sechs morgens vor dem Vereinsheim. Flossen, Badezeug und Pressluftflaschen wurden eingeladen, dann die Schwimmer und dann ging es auch schon los Richtung Norden. Das Ziel war Bingen. Nach ca. drei Stunden Fahrt kamen unsere zwei Busse und das eine Auto überpünktlich am Schwimmbad an. Wir hätten also alle noch eine halbe Stunde schlafen können. Tja, Pech gehabt. Stattdessen hatten wir viel Zeit uns im 25 Meter Becken einzuschwimmen. Jedes Schwimmbad hat ein anderes Becken. Einheitliche Norm? Langweilig. Und so muss man sich auf jedes Schwimmbad neu einstellen. Zum Beispiel, dass das Becken auf der einen Seite 4 Meter tief ist und auf der anderen 2 Meter. Oder dass die 15 Meter Markierungen aus kleinen Blauen, kaum sichtbaren Gewichten bestehen. Die natürlich dann auch noch auf einer Seite fehlten. Und genau dafür ist

das Einschwimmen perfekt geeignet. Starts und Wenden bei veränderten Bedingungen üben. Bis wo hin darf man austauchen? Lauter Dinge, auf die man sich daheim nicht vorbereiten kann. Um 10 Uhr ging dann der Wettkampf los. Als aller erstes eine Tauchstrecke. 100 Meter DTG, meine persönliche Lieblingsdisziplin. Aber als aller erstes? Früh am Morgen? Wie auch immer, höchstens 50 Sekunden und die Strecke ist geschafft. Danach ging es weiter mit 400 Fs, 15 und 25 Meter Streckentauchen für die kleinen und 50 und 400 Streckentauchen für die großen. Dann war Mittagspause für die müden und hungrigen Schwimmer. Da hatten sich die Binger was Gutes einfallen lassen. Es gab nämlich warme Nudeln mit Soße am extra eingerichteten Kiosk zu kaufen. Natürlich auch Tee, Schokoriegel, Kaffee und Kuchen.

Nach der Mittagspause ging es dann weiter mit 100 Fs, 800 Fs und 800 St und Hebeboje (ein Wettkampf, der nur in Bingen durchgeführt wird). Dann nach einer

weiteren kurzen Pause das Finale. Die 4 * 100 Meter Staffel. Darauf hatte sich die SG Schwarzwald, also wir, besonders gefreut. Wir hatten drei gute Teams am Start, von denen Bestleistung erwartet wurde. Und das schafften wir dann auch. Die Mädels bleiben auf den 400 Metern ganz knapp unter 4 Minuten, was für das junge Team eine wirklich gute Zeit ist. Die Jungs Mannschaft, in der auch ich war, war im Durchschnitt um einiges älter als alle anderen Mannschaften. Dementsprechend konnten wir die anderen auch mit sehr hohem Seegang beglücken. Nach 3 Minuten und 11,23 Sekunden waren wir fertig. Bei den anderen Mannschaften war teilweise noch nicht einmal der dritte Schwimmer gestartet.

Danach war Schluss für den Tag. Jeder Verein suchte sich ein Ort, um die verbrauchten Kalorien wieder reinzuholen. Wir fuhren in die Binger Innenstadt zu einem uns bis dahin unbekanntem, afghanisch deutschen Restaurant. Als große Gesellschaft (17 Personen) bekamen wir sogar einen eigenen Raum zugeteilt. Und als solche bestellten wir auch eine riesige Menge zu futtern. Nach ca. einer halben

Stunde (für manche auch länger, mich) kam dann das Essen. Die ausgehungerte Meute viel darüber her. Bis auf ein paar Reiskörner im Teller unserer Landestrainerin wurde alles aufgegessen. Auch doppelte, große Portionen waren kein Problem.

Gesättigt fuhren wir dann in unsere traditionelle Herberge. Dieses Jahr mit sehr viel mehr Zimmern als sonst. Nach einem Weilchen vor dem Fernseher merkten alle, wie müde sie waren. Augen zu, gute Nacht und weg waren wir.

Der nächste Tag begann mit einem Frühstück um 7 Uhr in der Früh. Keiner konnte nach der großen Mahlzeit am Vorabend viel essen. Und dann ging es auch schon wieder ins Schwimmbad.

Einschwimmen und dann begann der Wettkampftag auch schon mit 25 Fs für die kleinen, darauf folgte 200 Fs und 50 Fs und dann 1500 Fs. Immer wieder unterbrochen von Siegerehrungen des vorherigen Tages. Unser Team räumte dabei ordentlich ab. Nach der letzten Pause folgte dann die 4 * 50 Meter Staffel. Das Ergebnis war ähnlich wie am Samstag.



Günterstalstraße 26 • 79100 Freiburg
www.schneider-laemmlin.de • schneider-laemmlin@t-online.de
Tel. 0761/75537 • Fax 0761/700051

Wellen, Bestzeiten und viel Spaß. Absolute Lieblingsdisziplin fast aller Flossis.

Tja, und dann war der Wettkampf auch schon vorbei. Die letzten Siegerehrungen wurden getätigt und die ersten drei Plätze jeder Kategorie beider Geschlechter bekamen einen süßen, kleinen Pokal. Dann die spannende Mannschaftswertung. Bei diesem Wettkampf musste man nicht unbedingt schnell sein, um als Siegermannschaft nach Hause zu gehen. Es geht vielmehr darum, Punkte zu sammeln. Und Punkte bekommt man für jede geschwommene Strecke. Bei vielen Schwimmern mit jeweils vielen Starts ist der Sieg in der

Mannschaftswertung also unausweichlich. Dies schafften wir vor zwei Jahren, da wir genau darauf aus waren. Dieses Jahr dagegen wollten wir nur einen normalen Wettkampf schwimmen. Und so wurde unsere Mannschaft Dritter in der Gesamtwertung. Sehr gute Leistung, mit vergleichsweise wenig Starts. Um 14 Uhr war Ende. Man verabschiedete sich und dann Abfahrt nach Freiburg. Nach 3 Stunden Fahrt kamen wir dann in strömendem Regen am Vereinsheim an. Autos wurden ausgeladen und jeder verabschiedete sich, um so schnell wie möglich ins Bett zu kommen.

Stefan Köck



Stather

Wasser
Badideen
Wärme
Alternativenergien
Gebäudesanierung
Service

E. Stather GmbH
Günterstalstr. 24
79100 Freiburg
Tel. (0761) 79 09 29 - 0
www.e-stather.de

100 Jahre 1911-2011

Ihre Ansprechpartner im SSV

PRÄSIDENT		
Stefan Ohletz Walter-Benjamin-Str.3, 79111 Freiburg	07 61 / 47 45 43	praesident(at)ssvf.de
STELLVERTRETENDER UND GESCHÄFTSFÜHRENDER VORSTAND		
Dr. Michael Börner Verlorener Weg 33b, 79110 Freiburg	07 61 / 89 33 27	mb(at)ssvf.de
VORSTAND FÜR DEN SPORTLICHEN BEREICH		
Jochen Gulde 79280 Au, Am Dorfbach 1	07 61 / 2 90 89 61	jochen.gulde(at)ssvf.de
VORSTAND FÜR VERWALTUNG UND ORGANISATION		
Helmut Stather 79108 Freiburg, Haierweg 67	07 61 / 4 76 66 54	organisation(at)ssvf.de
VORSTAND FÜR FINANZEN		
Thomas Müller	01 72 / 6 71 01 31	finanzen(at)ssvf.de
SCHRIFTFÜHRER		
Gerald Späth		schriftfuehrer(at)ssvf.de

HAUPTAUSSCHUSS

SCHWIMMEN		
Bernd Pinkes 79111 Freiburg, Basler Landstr. 72a	07 61 / 48 22 64	schwimmen(at)ssvf.de
SENIOREN		
Kurt Körber 79249 Merzhausen, Am Gehracker 12	07 61 / 40 49 42	masters(at)ssvf.de
WASSERBALL		
Armin Hasler 79108 Freiburg, Abrichstraße 2	07 61 / 13 12 65	wasserball(at)ssvf.de
TAUCHEN		
Dr. Bernd Rolker 79100 Freiburg, Heinrich-Mann-Str. 20	07 61 / 4 00 43 04	tauchen(at)ssvf.de
SPRINGEN		
Ingrid Haiser	07 61 / 3 30 29	springen(at)ssvf.de
TISCHTENNIS		
Reiner Dierkes , 79348 Freiamt, Pechofen 3	07 645 / 91 35 36	

TRIATHLON		
Steffen Baltes 79110 Freiburg, Bundschuhstrasse 20a	0761 / 6 40 43 88	triathlon(at)ssvf.de
JUGENDWART		
Kati Gulde 79280 Au, Am Dorfbach 1	07 61 / 2 90 89 61	kati.gulde(at)ssvf.de
ZBV		
Manfred Zehr 79194 Gundelfingen	07 61 / 5 93 25 39	

GESCHÄFTSSTELLE		
79110 Freiburg, Ensischeimer Straße 9 Jochen Gulde Montag und Mittwoch 18:00 – 20:00 Uhr	Tel.: 07 61 / 80 77 07 Fax: 07 61 / 89 75 007	

FREIBURG

Bertoldstr. 2
Tel. 0761-36806-0

KIRCHZARTEN

Hauptstr. 19-21
Tel. 07661-2526

UMKIRCH

Mundenhofer Weg 1
Tel. 07665-99188

DENZLINGEN

Hauptstr. 159
Tel. 07666-8285



Schwimmbrillen
und
Tauchbrillen

- auch in Ihrer Sehstärke -

Übungsangebot des SSVF

SCHWIMMEN (Ansprechpartnerin Kati Gulde, Anmeld. in Geschäftsstelle Tel. 807707)		
Schwimmkurse - ab 4 Jahre Westbad Lehrschwimmerbecken (nur nach Voranmeldung)	Mo & Mi Mi & Fr	16:15-17:15 Uhr 16:30-17:00 Uhr
Schwimmkurse – Erwachsene	Nach Absprache	
Kaulquappen – Kleinkinder Im Babybecken	Freitag	15:50 – 16:20
Frösche – ab 4 Jahre Im Lehrschwimmerbecken	Mo, Mi + Fr	15:00 – 15:45
Seepferdchen – ab 5 Jahre 25m-Bahn	Mo, Mi + Fr	15:00 – 15:45
Seehunde – ab 5 Jahre 25m-Bahn	Mo, Mi + Fr	15:00 – 15:45
Forellen – ab 6 Jahre 25m-Bahn	Mo, Mi + Fr	15:00 – 15:45
Seelöwen – ab 8 Jahre 25m-Bahn	Mo, Mi + Fr	15:00 – 15:45
Haie/Barakudas – ab 10 Jahre Mo. Bahn 8 Mi. Sprungbecken Fr. 25m-Bahn	Mo Mi Fr	17:00 – 17:45 15:45 – 16:30 15:00 – 15:45
Leistungsgruppen (Anwesenheitspflicht! Ansprechpartner: Bernd Pinkes)		
Delfine	Mo, Mi + Fr	15:00 – 15:45
Junghechte	Di – Fr Sa	16:30 – 18:00 10:00 – 12:00
Wettkampfmannschaft	Mo – Fr Sa	18:00 – 20:00 09:00 – 11:00 15:30 – 17:30
(Ansprechpartner Kurt Körper)		
Masters	Di., Mi. + Fr	20:00 – 20:45
Masters – Freizeitgruppe	Dienstag	20:00 – 20:45
Technikkurs Masters I Fortgeschrittene	Dienstag	20:00 – 20:45
Technikkurs Masters II (Bahn 8) + Yoga (im Vereinsheim)	Donnerstag	20:00-20:45 18:00-19:40
TRIATHLON (Ansprechpartner Steffen Baltes)		
Schwimmen	Mo., Di. + Fr. Sonntag (Nur im Winter)	20:00 – 20:45 16:00 – 17:40

Krafttraining im Vereinsheim	Mittwoch	19.30-20.30
Laufen im Vereinsheim	Mittwoch	19.30 - 20.30
Aktuelle Trainingsinfos: www.ssvf.com /triathlon und www.triteamfreiburg.de		
TAUCHEN - FINNSWIMMING (Ansprechpartner: Bernd Rolker)		
Flossenjugend	Mi Do	18:00-19:00 20:00-21:00
Taucher	Montag	20:00 – 21:00
Leistungsgruppe	Montag Mittwoch Donnerstag	20:00 – 20:45 19:00 – 20:45 20:00 – 20:45
Krafttraining (nach Absprache)	Di	18:00 – 19:30
Apnoe-Tauchen Sprungbecken	Mo	21:00 – 21:30
Gerätetauchen Sprungbecken	Mi	20:00 – 21:30
Freigewässer	Nach Absprache	
WASSERBALL (Ansprechpartner: Armin Hasler)		
B-, C-, D-+ E-Jugend	Dienstag Mittwoch Freitag	18:00 – 19:30 17:30 – 19:15 18:00 – 20:00
A-Jugend	Mo., Mi.+Fr. Do.	20:00 – 21:45 20:00 – 20:45
1.+2. Mannschaft	Mo, Mi + Fr	20:00 – 21:45
SPRINGEN (Ansprechpartnerin:Ingrid Häiser)		
Anfänger – ab 6 Jahre Sprungbecken	Di + Do	16:00 – 17:00
Fortgeschrittene Sprungbecken	Di + Do	17:00 – 18:00
TISCHTENNIS (Ansprechpartner:Rainer Dierkes)		
Schüler und Jugend Sporthalle Tullaschule	Di + Do	18:00 – 20:00
Erwachsene Sporthalle Tullaschule	Di + Do	20:00 – 22:00
GYMNASTIK (Ansprechpartnerinnen: Traudel Hasler)		
Fitnessgymnastik Wentzinger Halle 2	Dienstag	20:00 – 21:30
Wassergymnastik Lehrschwimmbcken	Freitag	21:00 – 21:30

Schwimmtechnikgruppe am Donnerstag von 20.00 –20.45 Uhr



Wir sind ein buntgemischtes Grüppchen von Erwachsenen zwischen 20 und 65 Jahren und auch buntgemischt, was unseren Technikstand betrifft. Das ganze Jahr über kommen laufend Neulinge (Eltern von Schwimmkindern, angehende Triathleten, Breitensportler), die hier vorwiegend Kraul erlernen wollen. Daneben gibt es aber auch die „alten Hasen“, die schon alle Schwimmstile mehr oder weniger beherrschen und einfach weiterhin in der Gruppe schwimmen wollen, ohne Wettkampfabitionen, außer bei den Vereinsmeisterschaften.

So ist der Unterricht oft ein Spagat, da wir alle auf nur einer Bahn trainieren. Manchmal löse ich das Problem, indem ich mit den ganz „Neuen“ ins Lehrschwimmbecken gehe, oder die Erfahreneren auf der Bahn 7 der Flossis mit eigenem Programm schwimmen lasse.

Leider habe ich so nicht alle Schwimmer im Blick, aber ich versuche abwechselnd jedem Grüppchen gerecht zu werden.

Ab jetzt können die Erfahreneren bei Bedarf auch 15 Minuten länger schwimmen, also eine Extrazeit um sich noch auszupowern.

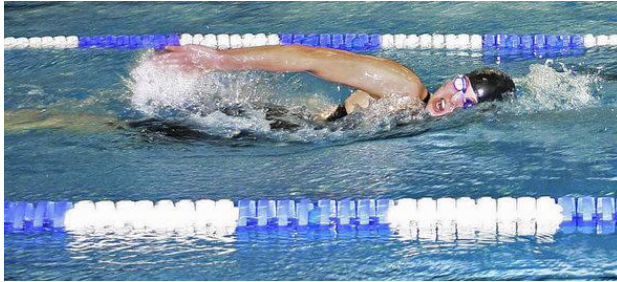
Im Laufe der Monate und Jahre können so alle Willigen sämtliche Schwimmstile erlernen, wobei Kraul und Rückenkraul, sowie Brustschwimmen im Vordergrund stehen. Am Rande kommen dann noch Delfin, Starts und Wenden hinzu.

Seit ca. 1 1/2 Jahren Zeit biete ich auch am Donnerstagabend von 18.00 –19.40 Yoga im Vereinsheim an. Hier habe ich noch Plätze frei. Die Yogagruppe ist für alle Vereinsmitglieder gedacht. Über Neue würde ich mich sehr freuen. Helga

14. November 2012

Ein Hauch von Olympia im Westbad

Auch die Gastgeber setzen bei der badischen Wintermeisterschaft Glanzlichter / SG-Regio-Staffel schwimmt badischen Rekord.



Sowohl im Wasser wie auch als Ausrichter am Beckenrand war die SG Regio Freiburg erfolgreich. Foto: Kati Gulde

SCHWIMMEN. Ein Hauch von Olympia wehte bei der badischen Wintermeisterschaft durch das Freiburger Westbad. Mit Philip Heintz startete dort ein Topschwimmer, der im Sommer noch bei den Spielen in London für das Team Deutschland geschwommen war.

Mit zehn Siegen bei zehn Einzelstarts war der Athlet des SV Mannheim auch überragender Akteur der Veranstaltung. Mit der Mannheimer 4x50-Meter-Lagen-Staffel heimste der 21-Jährige letztlich sogar seinen elften badischen Titel ein.

Aber auch aus Freiburger Sicht konnten viele Höhepunkte bewundert werden. So der Auftritt der 19-jährigen Dörte Baumert. Die Staffel-Jugendeuropameisterin von 2009 errang insgesamt fünf Titel über ihre Spezialdisziplin, die 50 Meter (29,19 Sekunden), 100 (1:01,57 Minuten) und 200 Rücken (2:10,30) sowie die 200 (2:18,14) und 400 Meter Lagen (4:51,25). Besonders auf ihrer Paradedrecke, die 200 Meter Rücken, demonstrierte sie ihre momentane Topverfassung und nährte die Hoffnung auf einen Medaillengang bei der deutschen Kurzbahnmeisterschaft in Wuppertal in zwei Wochen.

Auch für Tony Fitterer scheinen sich die optimierten Rahmenbedingungen bereits auszuzahlen. Der seit August am Olympiastützpunkt Berlin trainierende Schwimmer krönte seine Leistung mit zwei Titeln über die 50 Meter Rücken (27,40) und die 50 Meter Freistil (22,97 Sekunden). Er hofft, bei der Kurzbahn-DM wieder unter die besten 16 Schwimmer einziehen zu können. Den gelungenen Auftritt der Freiburger wurde mit dem Titel von Toni Pinkes über 200 Meter Lagen (2:10,61) komplettiert. Der 22-jährige Sportstudent war auch Mitglied der erfolgreichen 4x50-Meter-Freistilstaffel zusammen mit Fitterer, Timo Stöhr und Martin Leigh, die in 1:33,53 badischer Meister wurde.

Erfolgreich war auch der Auftritt der SG Regio Freiburg in der 10x100-Meter-Freistilstaffel der Männer mit einem badischen Rekord. In 8:49,11 Minuten waren die Freiburger mehr als 20 Sekunden schneller als der "alte" Rekordhalter SV Nikar Heidelberg. Und so zeigte sich am Ende der Freiburger Trainer Bernd Pinkes mehr als glücklich: "Zu 95 Prozent bin ich mit den Leistungen meiner Mannschaft sehr zufrieden." Im Medaillenspiegel nahm die SG Regio mit insgesamt 15 Jahrgangs- und offenen Titeln den zweiten Rang hinter dem SV Nikar Heidelberg ein und wird nun mit einem zwölfköpfigen Team in Wuppertal starten.

Dass Topleistungen in Schwimmen nicht ausschließlich der Jugend obliegen, bewies der 39-jährige Heidelberger Lars Kalenka. Der deutsche Meister von 1991 und zweifache Bronzegewinner der Masters-WM in Riccione gewann die 200 Meter Rücken in beachtlichen 2:08,46 Minuten.

Er spannte damit indirekt den Bogen zur internationalen deutschen Kurzbahnmeisterschaft der Masters, die in drei Wochen ebenfalls im Westbad stattfindet.

Autor: Boris Troll

Landau 3.11.2012

Jörg Zehbe: 5 Starts, 5 Siege. Da stehste staunend vis-a-vis ...

Aber auch Florian Schwarz präsentierte sich glänzend mit 3 ersten Plätzen.

Jeweils 1 Sieg für: Karina Kulbach-Fricke, Silvia Schork, Heike Politis, Georg Politis, Peter Schoepperle und Horst Schweitzer.

Damen

50 m Freistil

AK 30: 2. Silvia Schork, 0:32,67

AK 35: 2. Birgit Christoph, 0:36,61

AK 40: 3. Heike Politis, 0:35,78

AK 45: 3. Bärbel Albiker, 0:33,62

50 m Brust

AK 65: 1. Karina Kulbach-Fricke, 0:57,36

50 m Schmetterling

AK 30: 2. Silvia Schork, 0:35,42

50 m Rücken

AK 30: 1. Silvia Schork, 0:39,61

AK 35: 2. Birgit Christoph, 0:45,29

AK 40: 1. Heike Politis, 0:42,29

AK 65: 2. Karina Kulbach-Fricke, 0:53,70

100 m Lagen

AK 30: 2. Silvia Schork, 1:21,51

AK 35: 2. Birgit Christoph, 1:43,68

AK 40: 2. Heike Politis, 1:31,02

4 x 50 m Freistil

AK 100-199: 3. SG Regio Freiburg, 2:19,51

(Silvia Schork, 0:32,30; Heike Politis, 0:35,6; Birgit Christoph, 0:38,02; Bärbel Albiker, 0:33,59)

mixed

4 x 50 m Lagen

AK 100-199: 5. SG Regio Freiburg 2:29,08

(Heike Politis, 0:42,80; Georg Politis 0:38,10; Florian Schwarz 0:30,40; Birgit Christoph 0:37,78)

AK200+: 1. SG Regio Freiburg 2:38,27

(Horst Schweitzer, 0:47,78; Jörg Zehbe 0:40,13; Silvia Schork, 0:36,44; Bärbel Albiker, 0:33,92)

4 x 50 m Schoppenstaffel

AK 100-199: 5. SG Regio Freiburg, 2:47,10

(Stefan Puchta, 0:40,71; Bärbel Albiker, 0:42,51; Heike Politis, 0:45,65; Georg Politis, 0:38,23)

Herren

50 m Freistil

AK 25: 1. Florian Schwarz, 0:27,06

AK 45: 6. Stefan Haak, 0:29,87

10. Stefan Puchta, 0:31,23

AK 50: 1. Georg Politis, 0:29,28

AK 60: 1. Jörg Zehbe, 0:32,55

AK 65: 2. Kurt Körber, 0:33,19

AK 70: 2. Horst Schweitzer, 0:43,75

AK 75: 3. Peter Schoepperle, 0:45,93

50 m Brust

- AK 45: 6. Stefan Puchta, o:41,15
- AK 60: 1. Jörg Zehbe, o:39,21
- AK 75: 2. Peter Schoepperle, o:52,56

50 m Schmetterling

- AK 25: 1. Florian Schwarz, o:28,94
- AK 45:5. Stefan Haak, o:32,99
 - 9. Stefan Puchta, o:35,86
- AK 60: 1. Jörg Zehbe, o:37,60
- AK 65: 3. Kurt Körber, o:38,86
- AK 75: 1. Peter Schoepperle, o:54,86

50 m Rücken

- AK 25: 1. Florian Schwarz, o:32,90
- AK 45: 4. Stefan Puchta, o:42,84
- AK 60: 1. Jörg Zehbe, o:45,95
- AK 65: 2. Kurt Körber, o:41,32
- AK 70: 1. Horst Schweitzer, o:48,29

100 m Lagen

- AK 45: 7. Stefan Puchta, 1:22,94
- AK 60: 1. Jörg Zehbe, 1:25,57
- AK 65: 3. Kurt Körber, 1:32,54

Baden-Württembergische Masters-Meisterschaften im Schwimmen - Kurze Bahn 20./21.10.2012 in Ulm

7 Titel für die Teilnehmer der SG Regio Freiburg

Nachdem Richard Kneusel schon seit längerem mit uns bei Wettkämpfen startet, waren diesmal auch die Jugendtrainerin des FT, Steffi Hellman, sowie Isabelle Möllinger und ihr Mann Frank-Michael Müller und Stefan Brugger mit von der Partie. Wir freunden uns rasch mit den Schwimmkameraden aus der FT an und freuen uns schon auf den nächsten gemeinsamen Wettkampf.

Bisher fanden die Landesmeisterschaften einmal für die kurzen und einmal für die langen Strecken statt; in diesem Jahr hingegen im Juli in Karlsruhe auf der langen Bahn und in Ulm auf der Kurzbahn. Eine zweite Chance für diejenigen, die im Juli keinen Titel ergattert hatten.

Damen

50 m Rücken

AK 65: 2. Karina Kulbach-Fricke 0:53,67
AK 45: 3. Isabelle Möllinger 0:50,20
AK 40: 4. Margrit Holzkamm 0:39,80

100 m Schmetterling

AK 35: 1. Steffi Hellmann 1:29,22

200 m Rücken

AK 40: 1. Margrit Holzkamm 3:14,03

50 m Schmetterling

AK 35: 3. Steffi Hellmann 0:36,80

100 m Brust

AK 65: 2. Karina Kulbach-Fricke 2:05,32

200 m Brust

AK 65: 1. Karina Kulbach-Fricke 4:31,72

100 m Lagen

AK 35: 4. Steffi Hellmann 1:26,84

100 m Rücken

AK 65: 1. Karina Kulbach-Fricke 2:03,88
AK 40: 4. Margrit Holzkamm 1:26,85
AK 35: 2. Steffi Hellmann 1:27,39

50 m Brust

AK 65: 1. Karina Kulbach-Fricke 0:58,52

100 m Freistil

AK 45: 4. Isabelle Möllinger 1:28,03
AK 40: 6. Margrit Holzkamm 1:17,42
AK 35: 3. Steffi Hellmann 1:16,69

Herren

50 m Rücken

AK 60: 3. Manfred Zehr 0:42,34

200 m Freistil

AK 50: 3. Richard Kneusel 2:37,51

50 m Schmetterling

AK 40: 5. Frank-Michael Müller 0:34,55
6. Stefan Brugger 0:36,84

100 m Brust

AK 60: 2. Manfred Zehr 1:25,89
AK 40: 3. Frank-Michael Müller 1:25,27

400 m Freistil

AK 50: 4. Richard Kneusel 5:52,47

200 m Brust

AK 60: 1. Manfred Zehr 3:11,31

50 m Freistil

AK 50: 4. Richard Kneusel 0:30,41

AK 40: 6. Stefan Brugger 0:30,39

7. Frank-Michael Müller 0:31,07

100 m Rücken

AK 60: 1. Manfred Zehr 1:32,77

50 m Brust

AK 60: 2. Manfred Zehr 0:39,00

100 m Freistil

AK 50: 4. Richard Kneusel 1:09,05

AK 40: 5. Frank-Michael Müller 1:07,44

6. Stefan Brugger 1:10,32

Karina Kulbach-Fricke

Baden-Württembergische Meisterschaften Masters, kurze Strecken, lange Bahn, in Karlsruhe am 21./22.7.2012

Margrit Holzkamm

100 m Rücken

Dr. Vicki Smith-Machnow

100 m Schmetterling

Silvia Schork

50 m Schmetterling

SG Regio Freiburg AK 240 (Karina Kulbach-Fricke, Manfred Zehr, Margrit Holzkamm, Kurt Körber)

4 x 50 m Freistil mixed

Peter Schoepperle

100 m Brust, 50 m Schmetterling

Horst Schweitzer

50 m Rücken

Kurt Körber

50 m Schmetterling

Manfred Zehr

100 m Brust, 50 m Rücken, 100 m Rücken, 50 m Brust

Ralf Scheuerbrandt

50 m Brust

SG Regio Freiburg AK 280 (Manfred Zehr, Peter Schoepperle, Kurt Körber, Horst Schweitzer)

4 x 50 m Freistil

Wasserball-Senioren in Montreux



Vom 26.-28.Oktober 2012 waren wir zum 31. Masters-Turnier in Montreux eingeladen.

Unsere Mannschaft setzte sich wie folgt zusammen:

B. Zander, K. Weiler, G. Földvari, A. Hasler, L. Weide, Th. Müller, V. Krieger, J. Zimmermann, O. Trachte, M. Tinelli und der Organisator Helmut.

Die Anreise der einzelnen Spieler war wie immer spannend und z.T. auch abenteuerlich.

Doch dank minutiöser Zeitplanung ging auch diesmal wie immer alles gut.

Unsere Spiele waren unterhaltsam, manchmal im Ergebnis auch knapp, jedoch

der Unterhaltungswert und die Freude die anderen Aktiven wieder einmal zu sehen war eigentlich wichtiger. Nach einem Sieg und vier Niederlagen belegten wir im 6-Feld immerhin einen respektablen 6. Platz. Unser Gastgeschenk (Brände vom Feinsten) war dank unserem Aktiven Lutz einen Richtungsweisung für die nächsten Jahre. Das Fazit unseres Auswärtsturniers ist wie so oft, "Dabei gewesen, die Vereinsfahne hoch gehalten und einen guten Eindruck hinter lassen zu haben." Auf diesen Säulen lässt es sich gut aufbauen und so fiebern wir schon auf unser nächstes Turnier in Belfast entgegen.

Helmut

**Ihre Druckerei für Privat- und Geschäftsdrucksachen
Prospekte, Hefte und Schnelldrucke**



Offsetdruck GmbH · Egonstraße 22 · 79106 Freiburg
Telefon 0761/278352 · Fax 0761/289965 · www.boehm-freiburg.de

CHRISTIAN
Bleich
MALERMEISTER

*Am Lindacker 12
79115 FREIBURG*

*Maler- und
Tapezierarbeiten
Bodenbeläge*

Ausschreibung SSVF- Vereinsmeisterschaften 2012

Eingeladen sind alle Mitglieder des SSV Freiburg e. V. sowie das Personal des Westbades!

Wettkampffolge

Samstag, 15. Dezember 2012 im Westbad

1. Abschnitt

(Einschwimmen 9.00 Uhr, Beginn: 9.30 Uhr):

WK 1 50 m Schmetterling Frauen Jahrgang '01 und älter

WK 2 50 m Schmetterling Männer Jahrgang '01 und älter

WK 3 50 m Flossenschwimmen Frauen

WK 4 50 m Flossenschwimmen Männer

WK 5 50 m Rücken Frauen Jahrgang '01 und älter

WK 6 50 m Rücken Männer Jahrgang '01 und älter

WK 7 25 m Streckentauchen Frauen

WK 8 25 m Streckentauchen Männer

WK 9 50 m Brust Frauen Jahrgang '01 und älter

WK 10 50 m Brust Männer Jahrgang '01 und älter

WK 11 100 m DTG Frauen

WK 12 100 m DTG Männer

WK 13 50 m Freistil Frauen Jahrgang '01 und älter

WK 14 50 m Freistil Männer Jahrgang '01 und älter

WK 15 100 m Flossenschwimmen Frauen

WK 16 100 m Flossenschwimmen Männer

WK 17 50 m Sprintpokal Frauen

WK 18 50 m Sprintpokal Männer

Wk 19 4 x 50 m Abteilungsstaffel mixed

2. Abschnitt:

(Einschwimmen: 11:30 Uhr, Beginn: 12:00 Uhr)

WK 20 3 x 50 m Familienstaffel

WK 21 25 m Beinschlagschwimmen Mädchen Jahrgang '02 u. jünger

WK 22 25 m Beinschlagschwimmen Jungen Jahrgang '02 u. jünger

WK 23 25 m Freistil Mädchen Jahrgang '02 u. jünger

WK 24 25 m Freistil Jungen Jahrgang '02 u. jünger

WK 25 25 m Rücken Mädchen Jahrgang '02 u. jünger

WK 26 25 m Rücken Jungen Jahrgang '02 u. jünger

WK 27 25 m Brust Mädchen Jahrgang '02 u. jünger

WK 28 25 m Brust Jungen Jahrgang '02 u. jünger

Meldeschluss: Freitag, 07.12.2012

Meldeanschrift: SSVF-Geschäftsstelle, Ensishheimer Str. 9, 79110 Freiburg, info@ssvf.de

Ablauf nach den Schwimmwettkämpfen im Vereinsheim:

- 14.15 Uhr Siegerehrung Wk 1-16 (Urkunden nur bis einschl. Jg 99)
- Siegerehrung Wk 20-28 (Urkunden für alle Teilnehmer)
- 18.30 Uhr Ehrung besondere Leistungen, Vereinsmeister, Sprintcup
- anschließend Abendessen

Wertungen:

In der Familienstaffel treten mindestens zwei Generationen in beliebiger Reihenfolge an.

In den Wettkämpfen 1 – 16 und 21 – 28 werden die Jahrgangsmeister ermittelt.

Schwimmen:

Die Jahrgänge ´03 und jünger sowie ´02 und ´01 werden jahrgangsweise gewertet.

Ab dem Jahrgang ´00 werden die Jahrgänge wie folgt gewertet:

´00/´99/, ´98/´97/; ´96/´95;94/´93; AK 20 ; AK 25 ; AK 30 ; AK 35 ; ... ; AK 55 ; AK 60 usw. offen

Die Wertung erfolgt für jede Lage getrennt. Vereinsmeister des SSVF wird, wer alle vier Lagen als Zeitschnellster schwimmt. Die Wertung erfolgt durch Addition der Einzelzeiten, getrennt nach Geschlecht in offener Wertung.

Die jeweils acht Zeitschnellsten der ausgelosten 50m-Wettkämpfe qualifizieren sich für das Finale um den Sprintpokal. Die Auslosung findet zu Beginn der Veranstaltung statt. Bei Zeitgleichheit entscheidet das Los.

Flossenschwimmen:

WK 03/04, 11/12 und 15/16 offen für alle Altersklassen in den Wertungen Jg. ´95 und jünger, Jg. ´91-´94 und Jg. ´90 und älter.

Meldungen:

Für die Gruppen melden die Übungs-/Abteilungsleiter auf Meldebogen unter Angabe von Gruppen- bzw. Abteilungsname (z. B. Masters, Trias, Haie, Tauchen usw.), Name/Vorname, Jahrgang, Wettkampf und Meldezeit. Einzelmeldungen können selbstverständlich auch in der Geschäftsstelle abgegeben werden.

Alles Gute für Küche und Haushalt



Das Fachgeschäft
für Küche und Haushalt

Schaffnerer

Kaiser-Joseph-Straße 236 • Tel. 5 15 82 00

Yoga für alle



In einer kleinen Gruppe üben | Atem, Geist und Körper in Einklang bringen | Seine eigenen Grenzen erfahren und respektieren | Beweglichkeit erhalten/erhöhen und den Körper kräftigen | Durch achtsames und konzentriertes Üben ein besseres Körpergefühl entwickeln | Muskeln anspannen und entspannen | Zur Ruhe kommen

Wo: Vereinsheim, Ensisheimerstr. 9, 79110 Freiburg

Wann: Donnerstag, 18.00–19.40 Uhr, bitte 5–10 Minuten früher kommen mit bequemer Kleidung

Alles aus unserer
Meisterhand

Fliesenarbeiten
Natursteinverlegung
Gartenterrassen
Fugensanierungen



Abbrucharbeiten
Verputzarbeiten
Estricheinbau
Abdichtungstechnik

Maler-Renovierungsarbeiten
Gesamtlösungen

Franz Band · Fliesenbau GmbH & Co. KG
Kunzenweg 18 a · 79117 Freiburg
Tel. 07 61/6 30 56 · Fax 6 09 47
www.franz-band.de

Anmeldung



**Schwimm-Sport-Verein
Freiburg e.V.**

Ensisheimer Strasse 9
79110 Freiburg

EDV NR.:

Neumitglied

Anmeldung

Name:	<input type="text"/>	Karten-Nr.:	<input type="text"/>
Adresse:	<input type="text"/>		
PLZ:	<input type="text"/>	Ort	<input type="text"/>
geboren am:	<input type="text"/>		
Telefon:	<input type="text"/>		
E-Mail:	<input type="text"/>		

**Lichtbild
beifügen!!**

Ferner beantrage ich die Mitgliedschaft für:

Name:	<input type="text"/>	Karten-Nr.:	<input type="text"/>
Adresse:	<input type="text"/>		
PLZ:	<input type="text"/>	Ort	<input type="text"/>
geboren am:	<input type="text"/>		
EDV NR.:	<input type="text"/>		

Name:	<input type="text"/>	Karten-Nr.:	<input type="text"/>
Adresse:	<input type="text"/>		
PLZ:	<input type="text"/>	Ort	<input type="text"/>
geboren am:	<input type="text"/>		
EDV NR.:	<input type="text"/>		

Name:	<input type="text"/>	Karten-Nr.:	<input type="text"/>
Adresse:	<input type="text"/>		
PLZ:	<input type="text"/>	Ort	<input type="text"/>
geboren am:	<input type="text"/>		
EDV NR.:	<input type="text"/>		

Abteilung	
Schwimmen	<input type="checkbox"/>
Springen	<input type="checkbox"/>
Triathlon	<input type="checkbox"/>
Tauchen/ Finswimming	<input type="checkbox"/>
Wasserball	<input type="checkbox"/>
Tischtennis	<input type="checkbox"/>

Hiermit erteile ich Ihnen den Auftrag, meinen Beitrag mittels Lastschriftverfahren von meinem Konto bei der

Bank: BLZ: Konto-Nr.:

die Halbjahresbeiträge jeweils zum 01.01. und zum 01.06. eines Jahres abzubuchen. Im Beitrag ist eine Sportunfallversicherung enthalten. Mir ist bekannt, dass Kündigungen nur gemäß der Regelungen der Satzung möglich sind. Die Satzung ist im Internet unter www.ssvf.de einzusehen. Außerdem versichere ich durch meine Unterschrift, dass ärztlicherseits keine Bedenken gegen eine Teilnahme an den sportlichen Aktivitäten des SSVF bestehen.

Unterschrift: _____
bei beschränkt Geschäftsfähigen des gesetzlichen Vertreters

Name, Vorname: _____
des gesetzlichen Vertreters bitte deutlich in Druckbuchstaben

Beiträge:	1 Person	210 Euro/J	Satzung eingesehen	<input type="checkbox"/>
	2 Personen	348 Euro/J	Ausweis erhalten	<input type="checkbox"/>
	3 Personen	432 Euro/J	Vollmitglied ab _____	
	4 u. mehr Personen	492 Euro/J	Passivmitglied	<input type="checkbox"/>
	Aufnahmegebühr (einmalig)	30 Euro	Bild beifügt	<input type="checkbox"/>

Tel.: 0761- 80 77 07 / Fax 0761 - 8 97 50 07 / E-Mail info@ssvf.de
KtoNr: 15046503 **Volksbank Freiburg** BLZ 68090000



contomaxx
... lebe dein Konto!

Mein Konto
macht mir Spaß.



Sparkasse
Freiburg-Nördlicher Breisgau

Nur contomaxx, das Erlebniskonto, verbindet das Angenehme mit dem Nützlichen. contomaxx bietet Ihnen jede Menge Preisvorteile bei regionalen Freizeitpartnern: Sport & Fitness • Essen & Trinken mit eigenem Restaurantführer • Freizeit und Spaß • Ausgehen • Sprachen lernen • Musik • Theater und, und, und . . . für jeden ist etwas dabei! Die ganze contomaxx-Welt in Ihrer Sparkasse oder auf www.contomaxx.de ... **lebe dein Konto!**