

Konzept der Gruppeneinteilung beim WSV Speyer

Gruppe	Alter	Std./ Wo.	Schwerpunkt	Ort
Schwimmstufe 1 Nur noch als Kurs Nach „SchwimmGut“	4-6	2	Wassergewöhnung Basiskompetenz Antriebs- und Bewegungskompetenz	Lehrschwimmbecken
Schwimmstufe 2	7-9	1	Schmetterling, Rücken, Brust, Freistil Grobform	Lehrschwimmbecken
Schwimmstufe 3	8-11	1	Alle Lagen mit Wende und Start	25 m Becken
Breitensport	9-17	1	Verfeinern der 4 Schwimmtechniken	25 m Bahn
Nachwuchsfördermannschaft	8-10	2	Alle Lagen Feinform Wettkämpfe Trainingslager	25 m Becken
Wettkampfmannschaft	14-18	4	Jahrestrainingsplan Wettkämpfe Trainingslager	25 + 50 m Becken
Leistungswettkampfmannschaft	12 und älter	7	Jahrestrainingsplan Trainingslager Meisterschaften	25 + 50 m Becken
New-Masters	20 und älter	3	Verfeinern der 4 Schwimmtechniken Ausdauertraining	25 m Becken
Masters	20 und älter	4	Jahrestrainingsplan WM, EM, DM Wettkämpfe	25 + 50 m Becken
Synchronschwimmen	8 -19	3	Schauschwimmen	25 m Bahn, Sprungbecken