

RICHTIG FIT IM WASSER

mit dem Bayerischen
Ausdauer-Schwimmabzeichen

Geschäftsstelle

Bayerischer Schwimmverband e.V.
Georg-Brauchle-Ring 93
80992 München

Telefon: 089 15702562
Fax: 089 15702580
info@bayerischer-schwimmverband.de
www.bayerischer-schwimmverband.de



Bayerisches Ausdauer-Schwimmabzeichen



Seit 2002 werden in ganz Bayern und vielen anderen Teilen Deutschlands Schwimmerinnen und Schwimmer für ihr ausdauerndes Schwimmen mit unserem Bayerischen Ausdauer-Schwimmabzeichen ausgezeichnet.

Das Abzeichen steht für Fitness und Gesundheit im

Wasser – gezielt üben und trainieren mit Spaß und Freude. Ob jung oder alt, ob Schwimm-anfänger oder Profi im Wasser, die fünf Stufen des Bayerischen Ausdauer-Schwimmabzeichens bieten für jeden einen Anreiz, sich

regelmäßig im Wasser zu bewegen und die Schwimmleistung in ihrer Dauer zu steigern.

Unsere 5 Ringe stehen für deine persönliche Olympiade von Stufe 1 bis Stufe 5 des Ausdauer-schwimmabzeichens.

Wer kann mitmachen?

Ob deine gesamte Trainingsgruppe oder du allein: Jeder kann bei fast allen Gelegenheiten die Prüfungen für das Bayerische Ausdauer-Schwimmabzeichen ablegen. Du suchst für dich oder deine Trainingsgruppe einen geeigneten Platz im Schwimmbad oder im Freiwasser. Gemessen wird nicht die zurückgelegte Strecke in der Zeit. Es zählt allein die zusammenhängende Schwimmzeit.

Bedingungen:

- | | | |
|----------|-----------|----------------------|
| 1. Stufe | ○ | 15 Minuten Schwimmen |
| 2. Stufe | ○ ○ | 30 Minuten Schwimmen |
| 3. Stufe | ○ ○ ○ | 45 Minuten Schwimmen |
| 4. Stufe | ○ ○ ○ ○ | 60 Minuten Schwimmen |
| 5. Stufe | ○ ○ ○ ○ ○ | 90 Minuten Schwimmen |

Für deine geschwommenen Zeiten bekommst du bei deinem Trainer oder Prüfer entsprechend der verschiedenen Stufen Auszeichnungen in Form von Stoffabzeichen und einer Urkunde.

Deine erzielten Leistungen werden vom Prüfer auf der Urkunde bestätigt. Die Urkunden müssen den Stempel der ausstellenden Stelle, das Datum sowie den Namen der Prüfenden tragen.

Abnahmeberechtigt sind:

- Trainer in Schwimmvereinen- und Abteilungen/ Kampfrichter als Inhaber der entsprechenden Lizenzen
- Bewährte Schwimmausbilder (im Auftrag ihres Vereins)
- Inhaber des silbernen Rettungsschwimmabzeichens der DLRG oder Wasserwacht
- Im Sport ausgebildete Lehrer, die Unterricht an Hochschulen oder Schulen erteilen
- Staatlich geprüfte Schwimmlehrer
- Schwimmmeister/ Fachangestellte für Badebetriebe
- Fachsportlehrer Schwimmen der uniformierten Verbände

Infos und
Bestellformular
unter:

[www.bayerischerschwimmverband.de/
breitensport/ausdauer-abzeichen.html](http://www.bayerischerschwimmverband.de/breitensport/ausdauer-abzeichen.html)