

Herzlich willkommen im Schwimmclub Burgdorf

Der Schwimmclub Burgdorf (SCBU) hat sich in seinen 86 Jahren als grösster regionaler Schwimmsportverein etabliert. Mit den Fachsparten Schwimmen, Triathlon und Wasserspringen bieten wir unseren rund 300 Mitgliedern, dank qualifizierten und motivierten Trainern, die Möglichkeit, sich im Leistungs- als auch im Breitensport mit Freude im Wasser zu betätigen. Das gemeinsame Angebot dieser Sportarten bewirkt eine gegenseitige Dynamik und fördert den Austausch, die Abwechslung, die Integration und das ganzheitliche Erlebnis. Unser Erfolg basiert im Wesentlichen auf unseren folgenden Vereinswerten:

▪ **Sozialkompetenz fördern**

Wir bieten den Jugendlichen ein soziales Umfeld, das die Zusammengehörigkeit fördert und sie auf ihrem Weg zum Erwachsenwerden unterstützt.

▪ **Unterstützung in der Persönlichkeitsentwicklung**

Durch das regelmässige Training werden die Motivation, der Durchhaltewille sowie die Fähigkeit, sich auf eine bestimmte Sache zu fokussieren, gefördert. Dies zahlt sich auch in den anderen Lebensbereichen aus.

▪ **Sportentwicklung fördern**

Durch unsere ehrenamtlichen Trainer und Helfer wollen wir unsere finanziellen Mittel gezielt in die Trainingsinfrastruktur, in Trainingslager wie auch in Trainingswochenenden investieren, um so unsere Athleten in ihrer sportlichen Entwicklung optimal zu fördern.

▪ **Zusammen sind wir stärker**

Dank übergreifenden Verbandsmitgliedschaften, wie dem SSCHV, dem RZW oder dem KBSV können wir Synergien nutzen, unsere Interessen vertreten und Kooperationen mit anderen Schwimmvereinen eingehen.

▪ **Wir sehen uns als Organisator und Dienstleister**

Wir organisieren Wettkämpfe und bieten so unseren Mitgliedern und anderen Vereinen die Möglichkeit, sich miteinander zu messen und fördern gleichzeitig den Wettkampfsport.

Ausführlichere Informationen über Trainingszeiten und Schnuppertrainings der einzelnen Fachsparten und Trainingsgruppen erhältst du auf unserer Homepage www.scbu.ch oder auf unseren Flyern.

Schwimmclub Burgdorf

Postfach 1483 PC 34-515-1
3401 Burgdorf info@scbu.ch
034 422 95 18 www.scbu.ch

SCBU
Schwimmclub Burgdorf



Schwimmen

Das Schwimmen, bei uns im Sinne des Wettkampfschwimmens, bezeichnet die Ausübung des Schwimmens als sportliche Disziplin. Mehrere Teilnehmer oder Mannschaften treten über verschiedene Distanzen in den verschiedenen Schwimmarten Delphin-, Rücken-, Brust und Crawlswimmen gegeneinander an.

In verschiedenen Leistungsgruppen trainieren wir im Hallenbad und im Freibad Burgdorf. Zur Abwechslung gibt es auch Gymnastik, Krafttraining und gesellige Anlässe. Zum Schwimmen muss man nicht geboren sein. Gute Wettkampfschwimmer zeichnen sich durch Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und vor allem durch eine gute Technik aus. Das Schwimmen ist ein sehr abwechslungsreicher und gesunder Sport, der mit viel Freude bis ins hohe Alter ausgeführt werden kann.

Wenn du Interessen hast, dann besuche eines unserer Trainings oder melde dich bei Fragen direkt bei Andreas Oberhänsli unter swimming@scbu.ch.

Die genauen Trainingszeiten findest du auf unserer Homepage www.scbu.ch oder auf unserem Flyer.

Wasserspringen

Wasserspringen ist eine hoch akrobatische und koordinative Sportart. Mit absoluter Körperkontrolle versucht der Athlet bestimmte Bewegungsabläufe aus verschiedenen Sprunghöhen in Perfektion zu erreichen.

Wasserspringen, oft auch Turmspringen genannt, ist eine hoch akrobatische und koordinative Sportart. Hier greifen Kraft, Schnelligkeit und Ästhetik stark ineinander. Mit absoluter Körperkontrolle versucht der Athlet bestimmte Bewegungsabläufe aus verschiedenen Sprunghöhen in Perfektion zu erreichen. Wasserspringen wird an den Olympischen Spielen in 3- und 10-Meter-Kunst- und -Synchronspringen ausgetragen.

Im SCBU trainieren wir im Winter auf dem 1- und 3-Meter-Brett und im Sommer auch auf dem 5-, 7.5- und 10-Meter-Brett. Wir trainieren für die offiziellen Tests von Swiss Swimming und nehmen an regionalen und nationalen Wettkämpfen teil.

Wir trainieren zweimal pro Woche im Hallenbad Burgdorf und im Sommer im Freibad Burgdorf oder im Freibad Solothurn. Neue Springer- und Springerinnen sind herzlich willkommen und können jederzeit bei einem unserer Trainings vorbeischauen.

Weitere Informationen findest du auf unserer Homepage www.scbu.ch.

Triathlon

Triathlon ist eine Ausdauersportart, bestehend aus den Disziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen. Der Mehrkampf wird in dieser Reihenfolge ununterbrochen absolviert. Die Wettkämpfe werden über unterschiedliche Distanzen ausgetragen.

Im Gegensatz zur bekanntesten Triathlondistanz, der Ironmandistanz über 3.8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und 42.2 km Laufen, ist die Kurzdistanz (1.5 km / 40 km / 10 km) seit den Olympischen Spielen 2000 in Sydney fix im olympischen Programm dabei.

Wir von der Fachspare Triathlon, oder besser gesagt dem Triteam Emmental, sind eine heterogene Gruppe von Ausdauersportlern, welche sich über die verschiedenen Distanzen vom Anfänger bis zum Profi betätigen und die gemeinsamen Trainingsmöglichkeiten schätzen. Grundsätzlich trainieren wir einmal wöchentlich im Hallenbad Burgdorf. Darauf aufbauend organisieren die Mitglieder nach Absprache zusätzliche Trainings, bei denen jeder spontan mitmachen kann. Wenn du Interessen hast, dann schau bei einem unserer Trainings vorbei oder melde dich bei Fragen direkt bei Pesche Leuenberger unter pesche.leuenberger@besonet.ch.

Die Trainingszeiten findest du auf unserer Homepage www.scbu.ch oder auf unserem Flyer.