



DLRG

Strandläufer

DLRG

DLRG





Hallo,
aufgrund des sehr schönen Sommers
und der damit verbrachten Zeit am und
im Eixer See kommt der Strandläufer
dieses Mal etwas verspätet.

Unser Strandläufer-Team wurde durch
Cynthia Scherf, Lona Reimers und Kim
Oetken als feste Autoren erweitert.
Vielen Dank für das fleißige Schreiben!

Auch den anderen Autoren einen großen
Dank, ohne sie gäbe es nicht diesen
umfangreichen Strandläufer, der das
Vereinsleben so lebhaft wiedergibt.

Weitere fotografische Unterstützung
haben wir von Leonie Hüther
bekommen.

So, jetzt aber viel Spaß beim Lesen,

Gabi

Impressum:

Texte:

Ulrike Hofmann
Stefan Nagel
Gabi Frase
Yara Limpinsel
Lona Reimers
Kim Oetken
Cythia Scherf
Sylvana Neutzer
Christine Limpinsel
Dirk Ullmann
Sara Kornweih

Fotos:

Gabi Frase
Ulrike Hofmann
Lothar Weichert
Leonie Hüther
Nina u. Jürgen Danert
Sara Kornweih

Cover:

Carina Schürmann

Layout/ Satz:

Gabi Frase

Auflage: 500 Stück
Heft 33 vom September 2018
E-mail: gabi.frase@peine.dlrg.de
Mitteilungsblatt der DLRG Ortsgruppe Peine e.V.



INHALT

DLRG-Bezirksmeisterschaften in Sarstedt..... 4

Der alten Zeiten wegen, eine Erinnerung an die Bezirksmeisterschaften 2018.. 9

Jahreshauptversammlung der Jugend und neue Jugendvorstandswahlen 12

Jahreshauptversammlung der DLRG Peine..... 14

DLRG-Eis-Baden lockte knapp 90 Besucher an den Eixer See..... 15

Ausflug ins „Wolfsburger Badeland“ 17

Ostercup 2018 18

Lehrscheininhaber-Weiterbildung in Hildesheim 19

Landesmeisterschaften und Landesjugendtreffen in Nienburg 21

Basisausbildung Einsatzdienste 22

Zwei Tage „Basisausbildung Einsatzdienste“
in Hildesheim 23

Nähen für Muttertag 2018..... 25

Stationsreinigung..... 26

Jetzt auch ein Automatisierter Externer Defibrillator (AED)
im Freibad in Bolzberg..... 27

Der DLRG-Bezirk Hildesheim wurde jetzt für seinen Einsatz gegen
das Hochwasser ausgezeichnet..... 28

Pfingstcamp 2018..... 30

Martin Fickert (DLRG Peine) für besonderes Engagement im Verein geehrt... 32

Youtube Kanal 33

Fortbildung zur Basisausbildung Einsatzdienste 34

Run-Swim-Run und kombinierte Übung 2018..... 36

Bogenschießen wie Robin Hood 38

Peiner Tri-Speedys setzen auf Sicherheit 39

Triathlon 2018..... 40

Elterninfo für alle Eltern und Erziehungsberechtigten der
Schwimmerinnen und Schwimmer im großen Becken: 41

Ilseder Ferienprogramm 42

Peiner Ferienprogramm..... 43

Besuch der Kinder vom Projekt „Ferien vom verstrahlten Alltag“ 44

TERMINKALENDER: 46

Trainingszeiten 47

DLRG-BEZIRKSMEISTERSCHAFTEN IN SARSTEDT

Die Mitglieder unserer Ortsgruppe Peine traten am 18. Januar 2018 mit 33 Schwimmern zu den Bezirksmeisterschaften an. Dieses Jahr trafen sich fünf Ortsgruppen im Innerstebad in Sarstedt. Für Peine starteten sieben Mannschaften und 17 Einzelschwimmer.

Mit der Teilnahme an den jährlich stattfindenden Wettkämpfen haben die antretenden Schwimmer aller Altersklassen die Möglichkeit, ihre sich während des Trainings angeeigneten Fähigkeiten mit anderen DLRG-Mitgliedern zu messen und sich zudem je nach Platzierung für die vor den Osterferien stattfindenden Landesmeisterschaften in Nienburg zu qualifizieren. Zu diesem Event treffen sich an die 2000 Mitglieder aus ganz Niedersachsen.



„Die Bezirksmeisterschaften dienen als Motivation zu dem regulären Training, um das Gelernte auch anwenden zu können. Denn insbesondere die Kinder und Jugendlichen sollen fit für den Wachdienst und Einsatz sein“, erläuterte Martin Dreißigacker, 2. Vorsitzender des Bezirks Hildesheim und seit Jahren

Leiter dieser Veranstaltung. Mit 12 Jahren kann beispielsweise das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen in Bronze, mit 15 dann in Silber erworben werden und ab 16 Jahren ist bereits ein Einsatz im Wachdienst an der Küste möglich. Deshalb werden im Wettkampf nicht nur rein schwimmerische sondern auch rettungsspezifische Disziplinen abverlangt.



So gibt es das Hindernisschwimmen oder Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit, welches auch die Voraussetzung zum Abschleppen einer Person im Wasser ist. Bei der Gurtretterstaffel muss jeder Teilnehmer 50 Meter schwimmen. Der Erste Freistil, der Zweite mit Flossen, der Dritte Freistil mit Gurtretter und der Letzte schwimmt mit Flossen und schleppt einen Verunglückten mit dem Gurtretter ab.





Auch das Schleppen einer 80 kg schweren Puppe gehört zu einer der zu bewältigenden Aufgaben im Mannschaftswettkampf ab 15 Jahren. 2018 traten Peine, Hildesheim, Bockenem, Harsum und Sarstedt an. „Es starteten insgesamt 24 Mannschaften und über 60 Einzelwettkämpfer, fast doppelt so viel wie 2017 und deutlich mehr als in den letzten zehn Jahren überhaupt“, freute sich Dreißigacker über die große Beteiligung.

Seiner Ansicht nach liegt dies an der neu für die Meisterschaften im Bezirk Hildesheim eingeführten Altersklasse bis 10 Jahre, die allerdings nicht für die Landesmeisterschaften relevant ist. Die jüngeren Schwimmer können sich mit Gleichaltrigen messen und haben somit auch eine Chance auf das Siebertreppchen zu kommen und können schon einmal den Ablauf eines großen Wettkampfes kennenlernen. Aufgrund der guten Organisation von Martin Dreißigacker, der von vielen Helfern unterstützt wurde, war ein reibungsloser Ablauf dieser großen Veranstaltung garantiert und nach der Siegerehrung konnte sich jeder Teilnehmer über eine Medaille und eine Urkunde freuen. Und wer diesmal nicht unter den ersten drei Siegern in seiner Altersklasse war, hatte trotzdem viel Spaß, denn dabei sein ist alles.

ULRIKE HOFMANN





4. Platz AK 10 w
Mia Danert



1. Platz AK 10 m
Tom Utecht



1. Platz AK 12 m
Samuel Meier



10. Platz AK 13/14 m
Clemens Neumann



3. Platz AK 13/14 m
Cevin Utecht



6. Platz AK 12 w
Yesenia Bokarius



5. Platz AK 15/16 w
Kim Oetken



2. Platz AK 15/16 w
Rebecka Sondergeld



6. Platz AK 15/16 m
Gerrik Reimann



1. Platz AK 17/18 w
Franka Wolter



2. Platz AK 17/18 m
Samuel Damm



1. Platz AK 17/18 m
Jonas Fickert



1. Platz AK offen w
Hannah Bauer



1. Platz: AK Offen m
Chris Schwarznecker, Janek Rehmert, Till Schwarznecker, Georg Bauer



1. Platz: AK 17/18 m
Franka Wolter, Samuel Damm, Jonas Fickert
Julian Michael



2. Platz: AK 15/16 w

Nell Reimers, Rebecka Sondergeld , Cynthia Scherf, Alischa Knötel, Kim Oetken

2. Platz: AK 12 m

Mia Danert, Tom Utecht, Samuel Meier, Hanno Aumann, Jos Sonnenberg



3. Platz: AK 15/16 m

Daniel Bokarius, Gerrik Reimann, Cevin Utecht, Clemens Neumann, Anton Kovalev



2. Platz: AK Offen m

Gero Glizner, Hannah Bauer , Felix Hofmann, (Paul Menzel)





DER ALTEN ZEITEN WEGEN, EINE ERINNERUNG AN DIE BEZIRKSMEISTERSCHAFTEN 2018

Ich kann mich gar nicht mehr so genau erinnern, ich glaube es war die Kinderweihnachtsfeier letztes Jahr am Eixer See. Sven Palm und ich standen bei einem leckeren Glühwein zusammen und bissen genüsslich in unsere Bratwurst.

Das kam es uns in den Sinn, dass wir nun doch noch gar nicht so alt sind und sportlich eine neue Herausforderung brauchen, schließlich sind wir ja schon beide leicht über 40.

Da fiel es uns ein... Die

Bezirksmeisterschaften 2018: Das sollte unser Tag werden! Nun besteht ja eine Mannschaft aus mindestens vier Personen. Schnell war klar, dass wir weitere motivierte und gute Schwimmer brauchen. Die Wahl fiel schnell auf unseren ersten Vorsitzenden Jürgen Danert, bei dem das Argument zählte: Du bist Kraft deines Amtes dabei! Er wehrte sich zwar ein bisschen, willigte aber zum Schluss ein. In dem Moment gesellte sich Viktor Bokarius zu uns, der Vierte war gefunden. Ok, er wehrte sich etwas mehr als Jürgen, beugte sich aber unserem Anflehen. Da waren wir nun, siegessicher, selbstbewusst und leicht überfordert, was wir denn genau nun wann schwimmen müssen. Schließlich ist unsere Hochform schon knapp 20 Jahre her. Mein GOTT sind wir alt...

Es musste jemand her, der die Ruhe weg hat, und organisatorisch gut unterwegs ist. Da kam Markus Hofmann samt Familie die Treppen vom Parkplatz runter...da war er, unser Teamkapitän.

Er sollte uns mit seiner ruhigen und motivierenden Art als „letzten Mann“ verstärken. Am gleichen Abend beschlossen wir, es allen noch mal richtig zu zeigen.

Es bildetet sich nach dem ersten Schreck eine WhatsApp-Gruppe, richtigerweise hieß diese schon einmal „Mannschaft der Herzen“. Uns war klar, dass wir kein Training bis zu den BZM brauchen, demzufolge sind wir leicht planlos unter dem Gelächter der Jugend in Sarstedt angetreten, um unsere Ehre zu verteidigen und den Titel zu holen.

Dankenswerter Weise bekamen wir schon von der Jugend zumindest einen Plan, welche Disziplinen wir schwimmen müssen, dies sollte alles kein Problem darstellen.

Es kam wie es kommen musste, unsere spontane Gruppeneinteilung während des Einschwimmens in Sarstedt war nun nicht ganz einfach: Der eine hatte Knie, der andere noch nicht die Sonntagszeitung gelesen, der nächste musste sich erst mal mit Flossen und einem Startsprung anfreunden. Nach einer knappen Stunde waren wir allerdings perfekt vorbereitet.

Ich gebe zu, die ein oder andere Trainingsstunde hätte uns ganz gutgetan. Wir bereiteten uns auf die erste Disziplin vor. Schnell noch am leckeren Buffet in der Halle in Sarstedt gestärkt, machte sich langsam die Nervosität breit...

Wer setzt bei diesem Rennen aus, in welcher Reihenfolge nochmal, wo sind die Flossen, haben wir eigentlich eine Puppe, ich muss mal Pipi, wieso habe ich so viele Mettbällchen und Käsespieße gegessen?



Wir spulten unser frisch eintrainiertes Programm ab, und wurden von Lauf zu Lauf routinierter. Jeder von uns hat auf den Punkt seine Höchstleistung abgeliefert. Der eine oder andere brauchte etwas mehr Druck der Mannschaft, um auch zu schwimmen, schließlich konnte ja immer einer pausieren. Schlussendlich fand aber jeder „seine“ perfekte Disziplin. Unter tosendem Applaus beendeten wir eine Staffel nach der anderen.



Ich durfte in zwei Rennen sogar ganz alleine in der Halle schwimmen und stand als letzter Schwimmer auf dem Block, angespannt bis in meine Haarspitzen (ok ist nicht schwer bei mir)... schaute nach rechts und links... kein Mensch auf dem Startblock. Auf meine Frage, wer denn nun schwimmen würde, damit ich meinem Gegner schon einmal psychologisch unter Druck setzen konnte, bekam ich die Antwort... wir sind schon fertig. ...???



Haben wir etwas vergessen, oder ist einer von uns zu viel geschwommen, egal... unter riesigem Beifall unserer OG schwamm ich halt meine letzten beiden Bahnen alleine.

Im Laufe des Tages stellte es sich raus, dass wir wohl doch mehr „Mannschaft der Herzen“ waren als gefürchtete Gegner. Bis zu diesem einem Moment. Ein Tipp eines Organisers des Bezirkes ließ unsere Hoffnung wieder entflammen. Vor dem letzten Rennen können wir uns noch ummelden, in die Altersklasse 140!!!

Hätten wir doch hier keine erwähnenswerten Gegner, kurz drüber nachgedacht, und getan.

Während der Siegerehrung bekamen wir ordnungsgemäß unseren Titel „Bezirksmeister 2018 AK 140“ verliehen, wenn auch ohne Pokal, gab ja keinen. Es wusste ja keiner, dass die Favoriten der OG Peine antraten, um zu siegen. Ich gebe zu, es gab Stimmen in der OG (und in meiner Familie) die heute noch behaupten: „Ihr seid nur Meister geworden, weil es keinen Gegner gab!“



Für Sven, Jürgen, Viktor, Markus und mich war es doch schon letztes Jahr am Eixer See klar... wir holen den Titel. Ob wir nächstes Jahr erneut antreten und unseren Titel verteidigen, wir werden sehen, was die Knie machen, die Kondition und ob die Zeitung schon durch ist... eventuell schauen wir auch mal, ob es einen Gegner gibt, und entscheiden dann spontan.
Vielen Dank an die „Mannschaft der Herzen“



Ältester Teilnehmer
Markus Hofmann

TOBIAS UTECHT



1. Platz 140

Tobias Utecht, Sven Palm, Jürgen Danert, Victor Bokarius, Markus Hofmann



JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG DER JUGEND UND NEUE

JUGENDVORSTANDSWAHLEN

Wie in jedem Jahr fand auch dieses Jahr gleich zu Beginn, am 21. Januar 2018 die Jahreshauptversammlung der DLRG-Jugend in Eixe statt. Dabei wurde zunächst ein Blick auf das vergangene Jahr 2017 geworfen. Unter anderem war unsere Jugend auf den Bezirksmeisterschaften, dem Ostercup und den Landesmeisterschaften mit einem großen Team vertreten. Zudem waren über 40 Kinder und Jugendliche beim Kegeln im Peiner Kegelheim dabei. Auch das Rescue-Camp am Mittellandkanal war ein actionreiches Event. Das jährliche Keksebacken musste sogar aufgrund der großen Anzahl an kleinen und großen Bäckern in die Garage umziehen. Das Jahr ausklingen ließen wir dann bei der traditionellen Weihnachtsfeier am Eixer See.

Nach der Entlastung des Vorstandes durch die Kassenprüfer, wurde der neue Jugendvorstand für das Jahr 2018 gewählt. Wie bereits im letzten Jahr übernimmt den Posten des 1. Vorsitzenden Chris Schwarznecker. Chris freut sich besonders auf die neuen Leute im Jugendvorstand. Im Hallenbad trifft man ihn immer ab 19 Uhr. Dort leitet er das Training in Vorbereitung auf Wettkämpfe und bringt den Jugendlichen das Rettungsschwimmen näher. Neu als 2. Vorsitzende wurde Sara Kornweih gewählt. Nach einigen Jahren Pause freut sie sich wieder an der Jugendarbeit im Jugendvorstand mitwirken zu können.

Sie wirkt aktiv als Trainer ab 17 Uhr bei den sichereren Seepferdchen-Schwimmerinnen- und Schwimmern mit. Den Posten des Schatzmeisters bekleidet auch weiterhin Till Schwarznecker. Till trainiert die Kinder, welche das Jugendschwimmabzeichen Gold erwerben wollen. Sonst findet man ihn auch oft beim Wachdienst am Eixer See. Das Ressort Schwimmen, Retten, Sport übernimmt Gero Glizner. Er engagiert sich besonders bei der Planung und Durchführung der Wettkämpfe und trainiert erfolgreich Bahn 5 um 18 Uhr. Simon Kornweih wird im Ressort Politik an der Arbeit mitwirken und Felix Hofmann als Ressortleiter Bildung zuständig sein. Simon ist Trainer der Silberbahn und Trainer der Bahn 4 um 19 Uhr. Felix ist seit über 10 Jahren in der DLRG aktiv und hat immer großen Spaß, Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche durchzuführen. Für den Bereich Öffentlichkeitsarbeit ist auch weiterhin Franka Wolter zuständig. Auch Franka ist als Trainerin jeden Donnerstag im Hallenbad zu finden. Des Weiteren wird der Jugendvorstand von einigen neuen Gesichtern mitgestaltet. Lona Reimers übernimmt das Ressort Fahrten, Lager und internationale Begegnungen. Lona agiert sowohl als Trainerin als auch als aktive Schwimmerin jeden Donnerstag im P3. Kim Oetken ist im nächsten Jahr für das Ressort Gender Mainstreaming verantwortlich, während Cynthia Scherf den Jugendvorstand im Ressort Kindergruppenarbeit unterstützt.

Beide unterstützen das Anfängerschwimmen und trainieren zusätzlich noch die erfahrenen Schwimmer/innen um 18 Uhr. Nachdem der neue Jugendvorstand erfolgreich gewählt wurde, wurde zunächst der Haushaltsplan für das neue Jahr 2018 vorgestellt und im Anschluss die erste Jugendvorstandssitzung des neuen Jahres abgehalten. Auch dieses Jahr stehen einige spannende Aktionen auf dem Plan. Freut euch drauf! In diesem Sinne möchten wir uns noch einmal bei allen vorherigen Mitgliedern des alten Jugendvorstandes für eure

hervorragende Arbeit bedanken. Ein großer Dank an Tim Helbig (der zwischenzeitlich den 1. Vorsitz bekleidete) und Luise Hofmann für fünf Jahre Jugendvorstand, vielen Dank an Janek Rehmer für drei Jahre Jugendarbeit und vielen Dank an Christian Lege für zwei Jahre im Jugendvorstand. Und Ihr seid auch zukünftig gerne eingeladen, uns bei allen Aktionen kräftig zu unterstützen. Wir würden uns freuen!



oben: Kim Oetken, Lona Reimers, Simon Kornweih, Franka Wolter, Till Schwarznecker
unten: Cynthia Scherf, Sara Kornweih, Chris Schwarznecker, Felix Hofmann, Gero Glizner



JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG DER DLRG PEINE

Am 9. Februar begrüßten der 1. Vorsitzende Jürgen Danert und sein Stellvertreter Carsten Lutz an die 40 Gäste bei der Jahreshauptversammlung der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) der Ortsgruppe Peine.

Beim Jahresrückblick wurde neben vielen Veranstaltungen noch einmal besonders auf die Modernisierung der Wachstation am Eixer See hingewiesen. Neben der optischen Verschönerung des Bootsdecks gab es auch bauliche Veränderungen.

Im Wachraum wurden neue Fenster eingebaut, die sanitären Anlagen

wurden renoviert und aufgrund eines Wassereinbruchs mussten auch die Dächer im Eingangsbereich und vom Sanitätsraum komplett saniert werden. Schatzmeisterin Susanne Schwarznecker stellte zusammen mit dem Vorstandsvorsitzenden den Kassenbericht 2017 sowie den Haushaltsplan für 2018 vor. Zum Abschluss gab es diverse Ehrungen für 10, 25 und sogar 40 Jahre Mitgliedschaft. Jürgen Danert und Carsten Lutz verteilten Ehrennadeln und Präsente für langjährige Treue.

ULRIKE HOFMANN



oben: Carsten Lutz (2.Vorsitzender), Felix Hofmann, Georg Bauer, Michael Kreth, Jessica, Sarah und Anke Kühlborn, Nina Danert, Jürgen Danert (1. Vorsitzender)

unten: Carsten Bauer, Susanne Schwarznecker, Christine Topper



DLRG-EIS-BADEN LOCKTE KNAPP 90 BESUCHER AN DEN EIXER SEE

Schwimmer und Gäste konnten sich bei Suppe und Heißgetränken aufwärmen

Nach einem Jahr Pause aufgrund von Renovierungsarbeiten in unserer DLRG-Wachstation fand am 11.02.2018 wieder das inzwischen traditionelle Eis-Baden im Eixer See statt. Nicht nur mutige Schwimmer, sondern auch zahlreiche Gäste machten sich auf den Weg, um diesem Spektakel beizuwohnen.



Da der See stellenweise gefroren war, bedurfte es einiger Vorarbeiten. Aber ohne Eis kein Eis-Baden! Guido Fickert stieg im Trockentauchanzug auf die 4 cm dicke Eisschicht und brach nach und nach Schollen heraus, um eine geeignete Fläche für die Badegäste freizumachen. Und der Aufwand hat sich gelohnt, denn insgesamt stiegen 26 Unverfrorene ins eisige Nass.



Auch Nicht-Mitglieder waren eingeladen, beim Anschwimmen mitzumachen.



So beispielsweise Peter Erbe aus Rosenthal, der mit seinen 70 Jahren der älteste Teilnehmer war: „Normalerweise ziehe ich im Hallen- oder Freibad meine Bahnen. In den Eixer gehe ich im Sommer, wenn die Wassertemperatur mindestens 20 Grad hat. Über das Jahr lege ich dann etwa 120 km zurück. Bei 2 Grad habe ich es noch nicht ausprobiert, das war heute sozusagen meine Premiere!





Anfangs war das Wasser schneidend kalt, aber man wird von der Gruppe mitgerissen, dann geht es doch und man läuft einfach rein.“ Das Phänomen der Gruppendynamik empfanden auch andere Neulinge so. Allein würde man es nicht schaffen, aber in der Gruppe ist die Überwindung deutlich geringer. Im Anschluss gab es zum Aufwärmen bei ebenfalls nur 2 Grad Außentemperatur viele verschiedene Suppen und Heißgetränke und jede Menge Zeit, sich über das Erlebte auszutauschen.



ULRIKE HOFMANN





Bade Land

WOLFSBURG

Am 3. März 2018 um 9:00 Uhr haben sich zehn motivierte Betreuer mit 14 Kindern am Peiner Bahnhof getroffen. Um 9:24 Uhr sind wir gemeinsam mit dem Zug zum Braunschweiger Hauptbahnhof gefahren. Dort hatten wir 45 Minuten Aufenthalt, die aber keineswegs langweilig waren. Die Zeit verging wie im Flug, da wir Spiele wie das Atomspiel und eine abgewandelte Version von Feuer, Wasser, Blitz spielten, die uns gleichzeitig auch warm gehalten haben. Nach einer 15-minütigen Zugfahrt erreichten wir den Wolfsburger Bahnhof. Weiter ging es mit dem Bus, der uns direkt vor dem Badeland abgesetzt hat.

Dort hatten wir vier Stunden zur freien Verfügung, in der die Kinder sich in 3er-Gruppen frei bewegen konnten. Nach einer Stunde haben wir uns das erste Mal am Treffpunkt, den wir vorher gemeinsam ausgemacht hatten, zu einer kurzen Mittagspause getroffen. Nach einer ordentlichen Stärkung und genügend Pause ging es dann weiter ins Wellenbad, den Außenstrudel, in den Whirlpool oder auf die zwei Rutschen, die für viele Teilnehmer das Highlight des Tages waren. Die vier Stunden vergingen schneller als man gucken konnte.

Zu Fuß ging es dann zurück zum Bahnhof, da wegen des Fußballspiels leider kein Bus fuhr. Aber davon ließen wir uns unsere gute Laune nicht verderben. Mit dem Zug ging es dann wieder zum Braunschweiger Bahnhof, an dem wir erneut 35 Minuten Wartezeit hatten, aber auch diese war nicht schlimm. Um 17:36 Uhr kamen wir schließlich nach einem erfolgreichen Tag wieder in Peine an.

Natürlich ist uns die Meinung der Teilnehmer sehr wichtig, weswegen wir einige befragt haben, wie sie es fanden...
Lina: „Es war toll! Am besten fand ich die Reifenrutsche.“

Nele: „Der Tag war sehr schön und das Wellenbad war mein persönliches Highlight.“

Clemens: „Es war ein cooler Tag im Badeland. Die Rutschen waren einfach der Hammer.“

Franka: „Toll! Am liebsten mochte ich den Außenstrudel, jedoch wäre ich gerne noch länger geblieben.“

Insgesamt war es ein gelungener Ausflug, der mit viel Spaß verbunden war. Hiermit vielen Dank an alle Betreuer, die das ermöglicht haben.

CYNTHIA SCHERF

OSTERCUP 2018

Am 11. März 2018 trafen wir uns um 9:45 Uhr am Hallenbad in Peine zur Abfahrt zum alljährlichen Ostercup, welcher für uns eine gute Übung zur Landesmeisterschaft ist. Wie jedes Jahr fand der Ostercup in Langenhagen statt. Dieses Mal in einem neuen Hallenbad, das größer und moderner als das alte Hallenbad ist.

Der Ostercup ist ein Wettkampf, der sowohl zum Spaß als auch zum Trainieren gut geeignet und auch für unsere jüngeren Schwimmer immer wieder eine tolle Erfahrung ist.



Zu den normalen Disziplinen wie Puppen- oder Gurtretterstaffel gab es weitere Disziplinen, die es so nur beim Ostercup gibt: Die Flossenstaffel für die Altersklasse 12 und die Tauch-Schwimmstaffel für die AK 13/14, AK 15/16 und AK offen. Bei der

Flossenstaffel muss jeder Schwimmer einer Mannschaft 25 Meter so schnell wie möglich mit Flossen schwimmen. Bei der Tauch-Schwimmstaffel über 50 Meter taucht man die ersten 25 Meter und die restlichen Meter schwimmt man wie gewohnt mit Flossen im Kraulstil. Insgesamt war es ein sehr toller Wettkampf, der mit viel Spaß verbunden war. Am Ende haben unsere Mannschaften beim Ostercup den 4. und 5. Platz belegt. Vielen Dank auch an Daniela Scherf, die als Wettkamprichterin mitgekommen ist, sowie auch an alle Eltern, die sich als Fahrer angeboten haben.

LONA REIMERS



LEHRSCHEININHABER-WEITERBILDUNG IN HILDESHEIM

Am 11. März 2018 fand in Hildesheim in den Räumen der Geschäftsstelle des Bezirks eine Lehrscheininhaber-Weiterbildung statt. An die 15 Teilnehmer fanden sich ein, um die Gültigkeit ihrer Lehrscheine zu gewährleisten. Denn die Ausbilder in Schwimmen, Rettungsschwimmen, Wasserrettung und auch Tauchen müssen innerhalb von vier Jahren insgesamt 15 Stunden Weiterbildung nachweisen, damit ihre Lizenz verlängert wird und sie ihre Lehrtätigkeit ausüben können. Nach der Begrüßung durch den Bezirksvorsitzenden Andreas Arlt gab Hartwig Czach einen kurzen Ausblick auf die demnächst zu erwartenden Änderungen der Deutschen Prüfungsordnung (DPO). Volker Reimann erläuterte als Technischer Leiter Ausbildung, welche Formalien bei der Ausstellung von Urkunden zu beachten sind. Im Trainingsbereich sind dies im Wesentlichen die Schwimmpässe, die die Lehrscheininhaber ausstellen. Welche Fehler hier gemacht werden können und welche Konsequenzen daraus möglicherweise entstehen oder wann es sich gegebenenfalls auch um eine Urkundenfälschung handeln kann, sollte den Teilnehmern verdeutlicht werden. Die Rettungsschwimmpässe werden inzwischen von einigen Ortsgruppen selbst ausgestellt. Wo dies noch nicht der Fall ist, bietet der Bezirk diese Serviceleistung nach wie vor an. Danach wurde sich mit dem eigentlichen Thema der Veranstaltung „Tauchen in der Rettungsschwimmausbildung“

ausführlich befasst. Zuerst erhielten die Teilnehmer von Martin Fickert (Technischer Leiter/Einsatz, Erste-Hilfe-Ausbilder und Tauchlehrer unserer Ortsgruppe Peine) anatomische und physiologische Kenntnisse für das Strecken- und Tieftauchen sowie für das Tauchen mit ABC-Ausrüstung. Es wurde physikalisches Basiswissen wie beispielsweise das Prinzip des Archimedes oder das Gesetz von Boyle-Mariotte und akustische und optische Verhältnisse unter Wasser erklärt. Der Umgang mit der ABC-Ausrüstung in der Schnorcheltauchausbildung wurde behandelt und zudem einige Übungen und Tipps für das Training vermittelt. Der stellvertretende Bezirksleiter Martin Dreißigacker, der alljährlich die Bezirksmeisterschaften organisiert, stellte Variationen von Tauchübungen aus dem Rettungssport als pädagogische Anregung für den Übungsverlauf vor. Er zeigte auch den deutlichen Unterschied zwischen der DLRG und Schwimmvereinen auf, die gezielt schwimmerische Leistungen fordern und fördern. In der DLRG hingegen spielt das Tauchen insbesondere für den Einsatz eine erhebliche Rolle und muss deshalb auch im Training gezielt geübt werden. Die Abnahme des Schnorcheltauchabzeichens kann wie das Training für einen Wettkampf speziell für jüngere Mitglieder einen enormen Ansporn bieten. Nach einer kurzen Mittagspause ging das Seminar im Hallenbad Himmelsthür von der Theorie in die Praxis über. Guido Fickert, Einsatztaucher der Ortsgruppe



Peine, übte mit den Teilnehmern das Apnoetauchen. Seine praktischen Übungen zeigten methodische Konzepte zur Leistungssteigerung beim Strecken- und Tieftauchen. Durch verschiedene Atemübungen gelang es einigen Schwimmern, ihr bisheriges Leistungsniveau zu übertreffen. Die Tauchübungen aus dem Wettkampfsport konnten unter der Anleitung von Martin Dreißigacker nun auch praktisch ausprobiert werden und fanden viel Anklang und motivierten, ebenso wie die Atemübungen, zum Nachahmen im Training vor Ort.

Zum Abschluss mussten die Teilnehmer ihre Rettungsfähigkeit nachweisen (Anschwimmen, Abtauchen, Abschleppen, Anlandbringen) und die Vorführung der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW) an der Puppe absolvieren. Nach diesem lehrreichen und informativen Tag konnte jeder Lehrscheininhaber seine Teilnahme-Bescheinigung entgegennehmen. Vielen Dank an die Referenten und den Teilnehmern viel Spaß bei der Umsetzung des Erlernten.

ULRIKE HOFMANN





LANDESMEISTERSCHAFTEN UND LANDESJUGENDTREFFEN IN NIENBURG

Am 22.03.2018 ging es wieder los zu den alljährlichen Landesmeisterschaften und dem Landesjugendtreffen, die dieses Jahr in Nienburg stattfanden.

Am Donnerstag trafen wir uns am Peiner Bahnhof, um mit dem Zug oder dem DLRG-Bus nach Nienburg zu fahren. In Nienburg angekommen belegten wir gleich unsere Zimmer in einer Schule, in der wir untergebracht waren. Den restlichen Abend hatten wir dann Freizeit.



Am Freitag starteten dann die Meisterschaften für die Mannschaften. Dieses Jahr schwammen drei Peiner Mannschaften, die sich bei den Bezirksmeisterschaften in Sarstedt qualifiziert hatten. Die Altersklasse (AK) 15/16 mit Cynthia Scherf, Kim Oetken, Rebecka Sondergeld und Lona Reimers belegte den 13. Platz.



Die AK 17/18-Mannschaft mit Jonas Fickert, Samuel Damm, Gerrik Reimann und Julian Michael den 9. Platz und die AK Offen-Mannschaft mit Chris Schwarznecker, Till Schwarznecker, Janek Rehmert, Georg Bauer und Hannah Bauer belegte den 23. Platz.



Am Samstag waren als Einzelstarter Chris Schwarznecker (14. Platz), Hannah Bauer (19. Platz) und Jonas Fickert (23. Platz) mit dabei.

Insgesamt war es für alle Peiner Teilnehmer ein gutes Ergebnis, da bei der Landesmeisterschaft die besten Mannschaften aus ganz Niedersachsen antreten.

Nach dem Schwimmen wurde dieser Erfolg im sogenannten Nightclub gefeiert. Alle hatten eine Menge Spaß und freuen sich schon auf nächstes Jahr!

LONA REIMERS





BASISAUSBILDUNG EINSATZDIENSTE

Mitglieder der DLRG aus dem Bezirk Hildesheim, die im Bereich Einsatzdienste tätig werden möchten, hatten die Möglichkeit, erstmals an der neu in der DLRG eingeführten Basisausbildung Einsatzdienste teilzunehmen. Der Lehrgang vermittelt erste theoretische Grundlagen für die aktive Mitarbeit in der DLRG und wird je nach Orientierung im weiteren Ausbildungsverlauf um fachspezifische Module ergänzt.

Mit der Basisausbildung Einsatzdienste erhält die Einsatzkraft eine fachübergreifende Grundlage an Informationen und Vorgehensweisen, die sie anschließend in einer fachspezifischen Ausbildung vertiefen kann. Der junge DLRG'ler wird mit der Basisausbildung Einsatzdienste zur Einsatzkraft für den Wasserrettungsdienst und den Katastrophenschutz ausgebildet. Er kann die Basisausbildung Einsatzdienste bereits im Alter von 12 Jahren ohne weitere Voraussetzungen beginnen.

Die neue Struktur der Ausbildung ist modular aufgebaut. Die einzelnen Ausbildungsstufen bilden die notwendigen Fähigkeiten und Fertigkeiten für die Ausbildungsgänge im Einsatz ab. Hierzu zählen zum Beispiel die Ausbildung zum Wachdienst, Bootsführer, Taucher oder auch Strömungsretter sowie im Katastrophenschutz, die in der Vergangenheit jeweils als geschlossene Ausbildungen erworben werden konnten.

Am 01.01.2018 ist die Prüfungsordnung Wasserrettungsdienst in Kraft getreten. Die Basisausbildung Einsatzdienste stellt dabei den kleinsten gemeinsamen Nenner aller Ausbildungsstufen dar. Auch wenn es noch eine Übergangsfrist von vier Jahren gibt, hat sich der Bezirk Hildesheim entschlossen, die neue Basisausbildung direkt einzuführen. Der zweitägige Lehrgang wurde mit Begeisterung angenommen und war mit 16 Teilnehmern ausgebucht.

Neben der für den ersten Lehrgang gewählten kompakten Form, soll es zukünftig auch möglich sein, diese begleitend zum Beispiel im Rahmen der Ausbildung von Jugendeinsatzteams (JET) zu erwerben.

Die Modularisierung der Ausbildungswege wurde erforderlich, um die Zukunftsfähigkeit der DLRG zu sichern. Insgesamt dient die Modularisierung der Verschlinkung von Ausbildungsgängen und wird insbesondere den Ansprüchen junger Menschen, gemessen an ihren Bedürfnissen im Umfeld Familie, Beruf und Ehrenamt, gerecht.

Für Inhaber der Lizenz Ausbilder Rettungsschwimmen (183), Lehrscheininhaber (181) und Multiplikatoren Schwimmen/ Rettungsschwimmen (191) bietet die Basisausbildung Einsatzdienste noch einen zusätzlichen Vorteil.

Hat man diesen Lehrgang, zu dem ergänzend eine medizinische Basisausbildung (alternativ EH-Ausbildung) sowie eine Funkunterweisung gehören, erfolgreich abgeschlossen, darf man diese Basisausbildung selbst ausbilden und kann damit die Ausbilder im Bereich Wasserrettungsdienst unterstützen.

Näheres hierzu regelt die neue Prüfungsordnung Wasserrettungsdienst in der 6. Auflage 2018, die für jedes Mitglied im Internet-Service-Center der DLRG abrufbar ist. Wer noch keinen Account hat, sollte nicht versäumen, sich diesen kostenfrei freischalten zu lassen.

VON VOLKER REIMANN

(Technischer Leiter Bezirk Hildesheim)

ZWEI TAGE „BASISAUSBILDUNG EINSATZDIENSTE“ IN HILDESHEIM

Der ganz neu angebotene Lehrgang „Basisausbildung Einsatzdienste“ im April dieses Jahres war mit insgesamt 16 Teilnehmern aus verschiedenen Ortsgruppen des Bezirks Hildesheim komplett ausgebucht. Die Motivation zur Teilnahme war sehr unterschiedlich. Da die Basisausbildung den Grundstock für weitere Ausbildungsmöglichkeiten bietet, haben einige erst einmal mitgemacht, um für alles andere offen zu sein. Einige nutzten den Lehrgang als Einstieg für den Bootsführerschein, andere als Fortbildung oder Auffrischung, um den Lehrschein zu verlängern.

Volker Reimann, Sebastian Topper, Dirk Snoek und Tim Helbig waren als Referenten vor Ort, um uns die verschiedenen Lehreinheiten zu vermitteln. Zuerst wurde noch einmal erklärt, welche Module für welche Fachausbildung notwendig sind, damit man sich einen Überblick über die Angebote innerhalb der DLRG verschaffen konnte. Ein Gruppenspiel als Warm-Up sollte den Mitglieder nicht nur zum besseren Kennenlernen dienen, sondern zugleich die Teamfähigkeit unter Beweis stellen. Denn ein funktionierendes Team und eine konstruktive Konfliktlösung bei Ungereimtheiten sind wichtige Voraussetzungen für den Einsatz.

Zu den umfangreicheren Themen gehörte unter anderem das Erfassen und Beschreiben einer Lage, die im „Allgemeinen“ Ort, Zeit und Wetter, im „Persönlichen“ die Einsatzfähigkeit (Anzahl der Kräfte, Zustand und Material) sowie den „Schaden“ an sich,





nämlich das Ereignis, die Anzahl der betroffenen Personen und mögliche Gefahren, umfasst. Auch der Ablauf eines Einsatzes, der Führungsvorgang und wie man eine Meldung macht, wurden ausführlich besprochen und anhand von Beispielen veranschaulicht.

Es wurden verschiedene Einsatzgebiete samt Gefahrenquellen vorgestellt. Neben



Wetter-, Boots- und Materialkunde, fand die Knotenkunde bei den Teilnehmern großen Anklang. Hier konnte und sollte jeder die für den Einsatz notwendigen und gebräuchlichen Knoten selbst binden und den Zweck benennen können. Beim Ausprobieren gab es zur Freude aller auch einige ungewollte Verknotungen.



Das Thema „Leben retten - aber wie?“ zeigte noch einmal die Einsatzbereitschaft, den Ablauf von Rettungsmaßnahmen, das Erkennen von Notfällen und das Abschätzen von Risiken. Bei der „Prävention im Einsatzwesen“ ging es um außergewöhnliche seelische Belastungen im Einsatz und wie man traumatische Erfahrungen an sich und anderen erkennt. Dieser Punkt nimmt zunehmend mehr Raum ein und ist demzufolge nicht zu vernachlässigen.

Zum Abschluss der zweitägigen Veranstaltung erhielten die angehenden Wasserretter umfangreiche Informationen über den rechtlichen Rahmen und die Pflichten der ehrenamtlichen Tätigkeit, das Auftreten in der Öffentlichkeit, den Umgang mit Medien und den Umweltschutz.

ULRIKE HOFMANN





NÄHEN FÜR MUTTERTAG 2018

Der Wachraum der DLRG-Station am Eixer See sieht ganz anders aus heute. Auf den Tischen stehen viele Nähmaschinen nebeneinander im Kreis. Eine kurze Einweisung von Gabi Frase folgt und schon kann es losgehen. Heute werden Leseknochen genäht. Die sind total praktisch: Wenn man abends im Bett noch lesen möchte, kann man hier prima das Buch abstellen. Und wenn man dann müde wird, kann man mit dem Leseknochen sogar noch kuscheln. Ach ja, als Nackenstütze kann er auch noch benutzt werden.



Die Stoffmuster sind zum Glück schon zurechtgeschnitten und so können wir gleich anfangen, immer zwei gleiche Stücke aneinander zu heften. Wenn das alles sauber sitzt, geht es endlich an die Nähmaschine. Hier kriegen wir Hilfe von den erfahrenen Näherinnen. Sie zeigen uns Kindern, wo der Faden eingefädelt werden muss, wie doll man das Fußpedal treten darf, wie man die Nadel auf den Stoff setzt, wie eine Naht auf dem Stoff landet und vieles mehr. Ganz konzentriert und sorgfältig wird hier nun gearbeitet.

Nachdem die Stoffteile alle aneinander genäht sind, geht das große Stopfen los. Kaum zu glauben, wie viel Watte da so rein passt.



Anschließend wird die Stopföffnung noch per Hand zugenäht. Das ist gar nicht so einfach. Fertig ist der Leseknochen. Und kuschelig ist er auch!

Jetzt stellt sich die Frage: Braucht die Mama wirklich einen Leseknochen oder behalte ich ihn lieber selber? Für Mama finde ich sicher noch was anderes Schönes.

YARA LIMPINSEL





STATIONSREINIGUNG

Alle Jahre wieder, man kann es kaum glauben, treffen sich einige Mitglieder, um unsere DLRG-Wachstation am Eixer See aus dem Winterschlaf zu holen.

Wir haben uns gefreut, diesmal auch viele neue Gesichter dabei zu haben, um sich am frühen Samstag morgen mit Putzlappen und Besen bewaffnet auf den Weg machen.

Und, wenn alle mithelfen, ist das Tagewerk schnell erledigt und es bleibt nebenbei durchaus auch Zeit, sich zu unterhalten. Selbst die Kleinsten waren wieder dabei und haben das Laub vor der Station auf dem Parkplatz gekehrt.



Es gibt immer viel zu tun: Bad und Küche werden auf Hochglanz poliert, die Regale im Wachraum entstaubt, die Treppe gewischt und in der Garage aufgeräumt. Auch die Fläche bis zum Steg wird gefegt und von Unkraut befreit.



Dieses Jahr haben wir zusätzlich die Beschriftung auf dem Parkplatz erneuert und sämtliche Stühle und die Sitze des Busses mit einem Waschsauger gereinigt.

Auch wurde der „Pumpenraum“ aufgeräumt und kann so als „Werkraum“ genutzt werden.

Wenn alles wieder strahlt und glänzt lassen wir die Aktion mit Pizza Essen ausklingen.

Gemeinsam macht das richtig Spaß und wir hoffen natürlich, das wir bei der bereits angekündigten weiteren Stationsreinigung **am 17. November** wieder ein paar Neuzugänge verzeichnen dürfen, denn nach dem Motto „Viele Hände, schnelles Ende!“ möchten wir die Station dann für den Winterschlaf vorbereiten.

GABI FRASE





JETZT AUCH EIN AUTOMATISIERTER EXTERNER DEFIBRILLATOR (AED) IM FREIBAD IN BOLZBERG

Laut des Fachbereichs Erste Hilfe der Deutschen gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) „sterben mehr als 100.000 Menschen jedes Jahr in Deutschland am plötzlichen Herztod. Meist als Folge eines Infarktes beginnt das Herz zu „flimmern“. Nur ein schneller Elektroschock kann es wieder in den richtigen Rhythmus bringen. Mit Automatisierten Externen Defibrillatoren (AED) können Laien diese Erste Hilfe leisten. Deshalb sind sie in immer mehr Betrieben zu finden.“ Im Bolzbergbad in Gadenstedt gibt es nun auch ein solches lebensrettendes Gerät.

Als im Jahre 2013 der Förderverein „Freibad am Bolzberg“ in Gadenstedt gegründet wurde, um eine Schließung des Bades zu verhindern, trat auch die DLRG Peine als Mitglied bei, um den Verein zu unterstützen. Der DLRG ist es wichtig, Hallen- und Freibäder vor der Schließung zu bewahren.

Durch die eingeschränkten Möglichkeiten, Schwimmunterricht zu erteilen, gibt es immer mehr Nichtschwimmer und dadurch auch Ertrinkungsunfälle. „Bei Ertrinkungsunfällen kommt es häufig zum Auftreten von Herzkammerflimmern“, sagt Martin Fickert, der Technische Leiter unserer Ortsgruppe, „und die Überlebenschancen mit dem Einsatz eines AEDs sind deutlich größer.“ Somit war es der DLRG Peine ein großes Anliegen, den Förderverein bei der Anschaffung zu unterstützen. Martin Fickert, der auch Ausbilder für Erste Hilfe bei unserer Ortsgruppe in Peine ist, übernahm dann auch gleich die Einweisung der Fördervereinsmitglieder sowie der Mitarbeiter des Freibades im Umgang mit dem Gerät.

ULRIKE HOFMANN



Marco Schimpf (Auszubildender),
Heinz-Georg Baumann (Schriftwart des
Fördervereins „Freibad am Bolzberg e.
V.“), Reinhard Manke (1. Vorsitzender
Förderverein „Freibad am Bolzberg“
e. V.), Esra Yildirim (Fachangestellte
für Bäderbetriebe), Martin Fickert
(Technischer Leiter/Einsatz und
Erste-Hilfe-Ausbilder DLRG OG Peine e.V.)



DER DLRG-BEZIRK HILDESHEIM WURDE JETZT FÜR SEINEN EINSATZ GEGEN DAS HOCHWASSER AUSGEZEICHNET

Nicht nur Feuerwehr und THW waren Ende Juli 2017 im Einsatz gegen das Hochwasser im Landkreis Hildesheim. Auch neun Mitglieder unserer DLRG-Ortsgruppe Peine waren ausgerückt, um gegen die Fluten anzukämpfen. Der erste Einsatz führte sie nach Bodenburg, um dort mit dem Rettungsboot „Knax“ eine Kontrollfahrt auf den überfluteten Straßen des Dorfes vorzunehmen und gegebenenfalls Evakuierungen durchzuführen.



Nach einer kurzen Verschnaufpause in Peine gab es kurzfristig einen erneuten Einsatzbefehl, sodass die DLRG-Mitglieder in Rekordzeit nochmals ausrückten. Diesmal hieß das Ziel Hohsensensee und die Aufgabe lautete, Sandsäcke mit dem Boot auf die andere Seite des Sees zu transportieren, um einen Deichbruch zu verhindern. Hier wurden dann innerhalb von zehn Stunden auf einer Strecke von 480 Metern Deichfläche 280 Tonnen Sand in Säcken verlegt. Der Einsatz dauerte die ganze Nacht. Danach standen die Kameraden weiterhin in Bereitschaft.



Der zweite Einsatz fand in Heersum statt. Dort gab es einen Deichbruch. Mehrere Taucher, davon vier Mitglieder der DLRG, sicherten den Deich von der Wasserseite aus mit Planen und stabilisierten diese mit an die 15.000 Sandsäcken, die im Vorfeld von Mitgliedern der Feuerwehr gefüllt worden waren.



Der DLRG-Bezirk Hildesheim ist nun für den Kampf gegen das Hochwasser im Sommer 2017 im Landkreis Hildesheim ausgezeichnet worden.



Da unsere Ortsgruppe Peine an allen drei Tagen als Teil des Bezirks im Katastrophenschutz einsatz tätig war, erhielt auch sie eine Kopie der Urkunde für diesen außergewöhnlichen Verdienst.

Die beteiligten Einsatztaucher und Bootführer freuten sich sehr über diese Auszeichnung, die vom Niedersächsischen Ministerpräsidenten Stephan Weil unterzeichnet wurde. Mit dabei waren: Guido Fickert, Martin Fickert, Jannis Hallmann, Jens Hallmann, Michael Kreth, Stefan Nagel, Janek Rehmert, Markus Tessmer und Lothar Weichert.

ULRIKE HOFMANN



Dieses Jahr lockte uns das Pfingstcamp mit dem Motto „Superhelden“ nach Almke in Wolfsburg. Wir trafen uns am 18. Mai am P3 und wurden von hilfsbereiten Eltern und einigen Betreuern in Fahrgemeinschaften zum Campingplatz gefahren.



Da die Jugend am Tag davor schon fleißig die Zelte aufgebaut hatte, ging die Aufteilung und Einrichtung der Zelte sehr schnell. Nachdem die Zelte bezogen und der Zeltplatz erkundet war, wurden alle Ortsgruppen herzlich begrüßt und stellten ihre Flaggen vor. Dieses Jahr bildete Peine mit 44 Teilnehmern und einigen Besuchern von insgesamt 17 Ortsgruppen (OG) die zweitgrößte. Wie in jedem Jahr wurden die unterschiedlichen Aufgaben an die verschiedenen OGs verteilt, sodass Peine für die Organisation und Planung des Abendprogrammes und der Taverne verantwortlich war.

Nach der Begrüßung ging es für die Jüngeren unter uns auch schon ins Bett, während die Älteren das jährliche Wiedersehen mit den anderen Teilnehmern genossen.

Der Samstag galt der weiteren Erkundung des Campingplatzes und der näheren

Umgebung. Der jüngere Teil der Betreuer machte sich bei bewölktem Himmel auf den Weg zum Niedrigseilgarten und dem anliegenden Freibad, welches wir aber erst bei Sonnenschein am folgenden Sonntag richtig in Betracht zogen. Den Nachmittag konnte sich jeder selber gestalten. Viele spielten Feder- oder Völkerball. Gut gestärkt ging es dann zum Abendprogramm, welches die alljährliche Taufe und Einweihung der neuen Teilnehmer beinhaltete.



Am Sonntag wurden wir mit Sonnenstrahlen geweckt. Das gute Wetter nutzten wir, um ins Freibad zu gehen. Nach einer schönen Abkühlung begaben sich ein paar ins Bastelzelt, um die Kostüme für das Abendprogramm zu erstellen. Rechtzeitig zur Vorführung wurden die Superhelden-Kostüme dank vieler kleiner Helfer fertig. Die Vorstellung der einzelnen Ortsgruppen verlief super und die dargestellten Superhelden lösten anschließend ihre Challenges mit Bravur.



Um mit Schwung und Energie in den Tag zu starten, wurde am Montagmorgen direkt nach dem Frühstück die Wasserrutsche aufgebaut. Es amüsierte nicht nur die Rutschenden, sondern auch die Zusehenden. Am Nachmittag fand das traditionelle Planspiel statt, bei dem viele kleine Gruppen zusammen ein Ziel verfolgten, nämlich den Bösewicht zu besiegen. Auf ihrem Weg mussten sie knifflige Hindernisse überwinden und Aufgaben erledigen, um sich eine geeignete Rüstung zu verdienen. Im weiteren Verlauf des Abends aßen wir gemeinsam und freuten uns auf die letzte Abendveranstaltung des Pfingstcamps 2018, welche aus einem gut strukturierten und lustigen Spiel bestand. Den restlichen Abend genossen wir entspannt am Lagerfeuer.

Das frühe Aufstehen und Tasche packen ist immer üblich für den letzten Morgen, da alle Zelte abgebaut und der Zeltplatz gereinigt werden muss. Wenn alle mit anfassen und helfen, ist aber auch das schnell erledigt und es wird wieder Zeit, sich zu verabschieden.

Es waren wieder sehr gelungene fünf Tage, die einem schon die Vorfreude auf das nächste Jahr bereithalten.

CYNTHIA SCHERF UND KIM OETKEN





MARTIN FICKERT (DLRG PEINE) FÜR BESONDERES ENGAGEMENT IM VEREIN GEEHRT

Unser Technischer Leiter (Einsatz) erhält Verdienstzeichen in Silber



Mitte Mai 1978 trat Martin Fickert der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) bei. Seither ist er aktives Mitglied in der Ortsgruppe Peine. Für sein überdurchschnittliches Engagement und besondere Verdienste innerhalb dieser vierzig Jahre wurde ihm nun das Verdienstzeichen in Silber vom Bundes- und Landesverband der DLRG e.V. verliehen. „Mit dieser Auszeichnung wird eine erfolgreiche, über das übliche Maß hinausgehende Mitarbeit gewürdigt, die der Förderung der DLRG und ihrer Ziele diene“, so der Text auf der Ehrenurkunde, die Andreas Artl (Leiter des Bezirks Hildesheim) als Dank und zur Anerkennung an Martin überreichte. Der Bezirksleiter zeigte noch einmal auf, welche Positionen Martin, der nicht nur als Rettungsschwimmer und Bootsführer ehrenamtlich im Wachdienst am Eixer See tätig ist, sondern auch bei Hochwasser im Katastrophenschutz im Einsatz war, in dieser Zeit innehatte.

So war er in jungen Jahren von 1980 bis 1990 im Jugendvorstand der Ortsgruppe Peine. Dann wurde er von 1989 bis 1994 als Beisitzer in den Ortsgruppen-Vorstand gewählt, wo er von 1994 bis 1999 das Amt des Technischer Leiters bekleidete und in der Zeit von 1999 bis 2016 den Vorstand übernahm. Seit 2016 bis heute ist Martin wieder Technischer Leiter (Einsatz) unserer Ortsgruppe und Beisitzer im Bezirksvorstand Hildesheim. Von 1984 an trainierte er auch die Kinder und Jugendlichen des Vereins als Übungsleiter und wurde 1987 Ausbilder für Schwimmen- und Rettungsschwimmen. Zudem ist er seit 1999 als Tauchlehrer und seit 2003 als Erste-Hilfe-Ausbilder im Einsatz. Artl betonte abschließend die maßgebliche Beteiligung an Ausbau und Pflege der Wachstation am Eixer See sowie den überdurchschnittlichen Einsatz bei der Anschaffung und Finanzierung von technischen Geräten.

ULRIKE HOFMANN





Besucht unseren YouTube-Kanal!

Wir stellen Euch von unseren tollen Aktionen in unregelmäßigen Abständen Videos und Diashows auf unserem Video-Kanal bei YouTube ein.

Es lohnt sich immer, wieder einmal vorbeizuschauen bzw. unseren Kanal zu abonnieren.

Um zu der Video-Auswahl zu gelangen, geht Ihr einfach auf "<https://www.youtube.com>" und gebt in das Suchfeld "DLRG Peine" ein.

Noch einfacher geht es, wenn Ihr den QR-Code einscannet:



DLRG



FORTBILDUNG ZUR BASISAUSBILDUNG EINSATZDIENSTE

Aufbaumodule Einsatz in Küstengewässern sowie Umgang mit Rettungsgeräten und Überwachung von Wasserflächen

Für all diejenigen von uns, die sich in diesem Jahr entschlossen haben, eine Ausbildung zum Bootsführer zu machen, stehen einige Fortbildungstermine an, bevor wir die Prüfung absolvieren. Nach der Teilnahme an der Basisausbildung Einsatzdienste folgten nun im Juni die ersten Aufbaumodule. Da zum einen sechs Mitglieder unserer Ortsgruppe Bootsführeranwärter sind und zum anderen die zur Ausbildung notwendigen Rettungsgeräte sowie gleich zwei Boote zur Verfügung standen, fand die Fortbildung diesmal am Eixer See statt.



Sebastian Topper startete als Leiter der Veranstaltung nach der Begrüßung mit dem ersten Thema, der Überwachung von Wasserflächen.

Die Teilnehmer wurden für bestimmte Einflussfaktoren in Badegebieten sensibilisiert und mit Beobachtungstechniken vertraut gemacht.

Wir lernten das Erkennen und die Einschätzung von Gefahren, das Einordnen besonderer Personengruppen, mögliche Ablenkungen und sonstige Tricks und Tipps während eines Wachdienstes.

Chris Schwarznecker (Ausbilder im Wasserrettungsdienst), der ebenso wie Sebastian regelmäßig Wachdienst an der Küste leistet, informierte uns über die Besonderheiten von Küstengewässern und erläuterte den Unterschied zwischen Nord- und Ostsee. Gezeiten, Wellen, Wind, Sandbänke und Brandung bergen ebenso Gefahren wie Seebrücken, Buhnen und Wellenbrecher. Aber auch Meerestiere und Seenebel sind nicht zu vernachlässigen. Schwer zu erkennende Risikofaktoren sind natürlich auch Strömungen jeglicher Art, die durch Untiefen, Bauwerke und Gezeiten sowie verschiedene Wetterbedingungen hervorgerufen werden. Auch Munitionsfunde können zu unerwarteten Zwischenfällen führen.

Nach so viel Theorie im Wachraum brauchten wir etwas frische Luft und Praxis. Dirk Snoek übte deshalb mit uns die bereits erlernten Knoten von der Basisausbildung noch einmal, denn beim späteren Bootfahren sollte ja auch alles gut klappen.

Nach dem Mittagessen auf dem Oberdeck wurde dann mit Dirk und Sebastian das An- und Ablegen sowie das Festmachen der Boote mit den jeweils passenden Knoten von allen geübt.



Auf dem Wasser wurde dann auch das An- und Von-Bordbringen mit allen Teilnehmern ausprobiert. Die verschiedenen Techniken waren je nach Boots-Typ unterschiedlich, denn unser großes Rettungsboot KNAX hat eine Bugklappe, über die man sehr komfortabel eine Person an Bord heben kann. Bei unserem Schlauchboot EULE muss die Person über den Schlauch ins Boot gehoben werden, welches sich weitaus schwieriger gestaltet.



Dann stand noch der Umgang mit den Rettungsgeräten auf dem Programm. Dies war meine Aufgabe, denn als Ausbilderin für Schwimmen und Rettungsschwimmen gehört das zu meinem Themenbereich. Ich erklärte die Handhabung des Rettungswurfsackes, die Einsatzmöglichkeiten des Gurtretters und der Rettungsboje sowie den richtigen Gebrauch des Spineboards. Zum Schluss befassten wir uns noch mit den Vorteilen, die der Einsatz eines Rettungsbrettes bietet.

Einen letzten Theorieblock gab es bei Dirk, der noch einmal den Ablauf eines Einsatzes mit Personenrettung anhand eines Beispiels erklärte. Nach einer Feedbackrunde gingen wir alle mit viel neuem Wissen nach Hause und freuen uns schon auf das nächste Modul.

ULRIKE HOFMANN



RUN-SWIM-RUN UND KOMBINIERTE ÜBUNG 2018

Zur Vorbereitung auf den diesjährigen Wachdienst haben wir gleich zwei Termine für den Run-Swim-Run sowie die kombinierte Rettungsübung angeboten. Erfreulicherweise wurden beide Veranstaltungen sehr gut besucht. Insgesamt 25 Teilnehmer haben den Run-Swim-Run sowie die anschließende kombinierte Übung absolviert und somit die Tauglichkeit für den Wachdienst erfüllt.



Jeder konnte die Anforderungen ohne große Mühe in der dafür vorgesehenen Zeit erfüllen. Ob „Rücken“ oder „Knie“ - jeder Einzelne hat das Ziel erreicht. Das zeigt, dass es keine unüberwindbaren Hürden gibt, die nicht zu bewältigen

wären und sollten Anspruch für jeden Teilnehmer des Wachdienstes sein. Dies ist inzwischen Pflicht für alle Wasserretter im Wachdienst.



Auf unserem YouTube-Kanal könnt Ihr ein Video von der diesjährigen Veranstaltung ansehen und feststellen, dass das Ganze auch mit viel Spaß zu schaffen ist: Den Link hierfür findet Ihr auf einer extra Seite dazu im Strandläufer.

Wir hoffen auch im nächsten Jahr auf eine so zahlreiche Teilnahme.



Hier nochmal für Euch die Inhalte der beiden Übungen:

Einsatzfähigkeit Wasserrettungsdienst

Die Einsatzkräfte, die auf Wasserrettungsstationen für die Rettung von Personen aus dem Wasser zuständig sind, haben, zusätzlich zu den Grundvoraussetzungen, jährlich die Einsatzfähigkeit wie folgt nachzuweisen:

- Erste Hilfe - Ausbildung/**Fortbildung (gemäß BAGEH, nicht älter 2 Jahre)

•**Run-Swim-Run:**

100 m Laufen, 200 m Schwimmen, 100 m Laufen - die Leistung ist innerhalb von insgesamt 8 Minuten abzulegen.



•Kombinierte Übung:

100 m Anschwimmen mit Tauchergundausrüstung (Flossen, Maske und Schnorchel), Abtauchen auf ca. 2 - 5 m Tiefe, Auftauchen, Abschleppen einer Person über eine Strecke von 100 m, Anlandbringen des Geretteten und drei Minuten Demonstration der Herz-Lungen-Wiederbelebung.

Die Übungen sind ohne Pause vollständig durchzuführen. Bei Abbrechen ist die jeweilige Übung komplett zu wiederholen.

STEFAN NAGEL



BOGENSCHIESSEN WIE ROBIN HOOD

Am 16.06.2018 trafen sich elf motivierte Teilnehmer und Teilnehmerinnen sowie fünf Betreuerinnen und Betreuer bei super Sommerwetter am Telgter Schützenverein zum Bogenschießen. Nachdem jedem Teilnehmer die Technik und die Regeln erklärt wurden waren, wurden alle mit der Schutzausrüstung, bestehend aus Armschutz und Fingerschutz, ausgestattet. Dann ging es direkt mit Pfeil und Bogen bewaffnet los. Als alle die ersten Schüsse selbst absolviert hatten, durften sie üben, auf Luftballons zu zielen. Dies machte allen besonders viel Spaß und schnell hatten alle die beste Technik gefunden, um die Luftballons zum Platzen zu bringen. Um sich die Wartezeit zu vertreiben, wurden zwischendurch Spiele wie z.B. Federball etc. gespielt. Um 13 Uhr wurde dann gegrillt, um danach wieder motiviert weiter schießen zu können. Gestärkt machten sich die Jungs und Mädels mit Feuereifer wieder an Pfeil und Bogen, um

sowohl auf Luftballons als auch auf die Scheibe zu treffen.



Nach Abschluss der Veranstaltung wurden alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer um 15 Uhr abgeholt. Auch einige Eltern trauten sich nun an Pfeil und Bogen.

Insgesamt war es ein sehr gelungenes Ereignis, das mit viel Spaß verbunden war. Alle haben ihr Talent als zukünftige/ zukünftiger Robin Hood unter Beweis gestellt und sind nun gut darin geübt, ins Schwarze der Bogenscheibe zu treffen.

LONA REIMERS



PEINER TRI-SPEEDYS SETZEN AUF SICHERHEIT

Auf dem Eixer See sieht man immer häufiger Schwimmer, die beim Training eine Schwimmboje mit sich führen. Diese Auftriebskörper sind leicht zu transportieren, werden vor Ort mit Luft gefüllt und mit einem verstellbaren Bauchgurt am Körper befestigt. Der Schwimmer ist durch die Signalfarbe gut sichtbar für andere Badegäste, Boote, Stand-Up-Paddler sowie Rettungsschwimmer und im Inneren können sogar Schlüssel und Handy trocken aufbewahrt werden. Kommt es zu einem Notfall, kann man sich an der Boje festhalten und auf Hilfe warten.

All diese Vorteile haben sich auch die Peiner Tri-Speedys zu Nutze gemacht. Nach dem Motto „Aber bitte mit Boje!“ hat Jugendwartin Kirsten Krohne für die Kinder- und Jugendabteilung Schwimmbojen angeschafft, um größtmögliche Sicherheit beim Freiwassertraining zu gewährleisten.

„Inzwischen haben sich auch viele der erwachsenen Schwimmer des Vereins eine Boje angeschafft“, berichtet Eileen Althaus, die Kirsten Krohne beim Training unterstützt.

Ihre Töchter Julia (8) und Maria (11) trainieren derzeit öfter zusammen mit Matthes Kier (11) am Eixer See für einen der wenigen Triathlons ab einer Altersklasse von acht Jahren, die im Freigewässer stattfinden. Ausgerichtet wird die sogenannte „Schülerserie Nord“ vom Triathlon-Verband Niedersachsen und findet in Kürze am Fümmlensee in Wolfenbüttel statt. Auf die Frage, ob die Boje beim Schwimmen stört, folgt ein klares „Nein!“. Und da sind sich die drei kleinen Tri-Speedys einig: „Sicherheit geht vor!“

Auch wir als Rettungsschwimmer der DLRG Peine sind der Meinung, dass die kostengünstige Anschaffung einer Schwimmboje sehr sinnvoll ist. Sollte man den Eixer See schwimmend überqueren, ist man damit auf jeden Fall schon auf der sicheren Seite. Ein großes Lob also an die Tri-Speedys! Denn wenn schon gut trainierte Schwimmer auf Sicherheit setzten, sollten es erst recht die Badegäste tun.

ULRIKE HOFMANN



TRIATHLON 2018

Am 17. Juni 2018 ereignete sich der 22. Peiner Triathlon. Die Schwimmdisziplin dafür wurde am Eixer See durchgeführt und dort durfte die DLRG selbstverständlich nicht fehlen. Schon zuvor wurden die Bojen in Position gebracht, damit am Tag des Wettkampfes alles bereit war. Um 6:00 Uhr morgens fanden sich die ersten Einsatzkräfte bereits an der Station ein, um unter der Anleitung von Christine Limpinsel ein großes Frühstücksbuffet vorzubereiten.



Kurz darauf trafen zusätzlich Kameradinnen und Kameraden aus der Ortsgruppe Harsum mit zwei Booten ein, sodass die Boote schnell einsatzbereit waren und alle Beteiligten sich zur Vorbesprechung im Wachraum einfanden. Der Einsatzleiter Jürgen Danert erläuterte uns den Ablauf des bevorstehenden Wettkampfes und teilte uns in Einsatzgruppen ein. Anschließend stärkten wir uns an dem reichhaltigen Buffet und packten uns Proviant für den bevorstehenden Tag ein.



Mit vier Booten und fünf Fußtrups bezogen wir unsere Positionen auf und um den Eixer See, um jede Stelle der Schwimmstrecke bestens im Blick zu haben.



Glücklicherweise verlief der Wettkampf ereignislos und nach dem achten und letzten Lauf räumten wir wieder unsere Posten, holten die Bojen aus dem Wasser und genossen noch das schöne Wetter in und auf dem See. Nach dem Slippen und Aufklaren ließen wir den Tag bei einem geselligen Grillen ausklingen. So endete mein erster Einsatz für und mit der Ortsgruppe Peine. Ich bedanke mich bei allen Kameradinnen und Kameraden für die herzliche Aufnahme und schnelle Einbindung in das Vereinsgeschehen und freue mich schon auf viele weitere Gelegenheiten, mit Euch gemeinsam die freie Zeit in Sicherheit zu verbringen





ELTERNINFO FÜR ALLE ELTERN UND ERZIEHUNGSBERECHTIGTEN DER SCHWIMMERINNEN UND SCHWIMMER IM GROSSEN BECKEN:

Liebe Eltern und liebe Erziehungsberechtigte, zum Start der neuen Hallenbadsaison möchten wir Ihnen einige wichtige Informationen geben, um das Training für alle sicher und effektiv durchführen zu können.

- Auf den **Eintrittskarten** für das P3 befindet sich eine Nummer. Leider löst sich mit der Zeit die Schutzfolie auf der Karte. Bitte schreiben Sie die Nummer sowie den Namen Ihres Kindes mit einem wasserfesten Stift direkt auf die Karte. So können wir während des Trainings die Karten bei Verlust schneller zuordnen.
- **Schmuckgegenstände**, egal welcher Art, bergen bei jeder Art von Sport Risiken und große Verletzungsgefahren. Auch im Wasser ist das so. Daher dürfen Armbänder, Uhren, Ketten, Ohrringe und ähnliches nicht mit ins Wasser genommen werden.

Der Trainingsablauf sieht bei uns wie folgt aus:

- Falls erforderlich, begleiten Sie bitte Ihre Kinder in die Umkleiden und in die Duschen. Wir übernehmen die Aufsicht ab der Schwimmhalle. Das Betreten des Flures hinter den Umkleiden sowie der Duschen ist nur in Badelatschen oder barfuß erlaubt.
- Nach dem Duschen treffen sich die Kinder am Startblock an ihrer Bahn. Hier wartet ihr Übungsleiter und notiert die Anwesenheit. Wir beginnen mit dem Einschwimmen (Aufwärmtraining). Anschließend folgt das Training auf den einzelnen Bahnen, abhängig vom Alter und Leistungsstand der Kinder. In den letzten 10 Minuten der Trainingsstunde findet das freie Training (Spielstunde) statt. Hier können sich die Kinder verschiedene Spielzeuge holen und im Wasser spielen. Die Spielstunde ist ein wichtiger Trainingsbestandteil. Sie dient nicht nur der Motivation der Kinder, sondern trainiert auch auf spielerische Weise das sichere Bewegen im Wasser.
- Grundsätzlich sollen die Kinder bis zum Trainingsende in der Halle bleiben, da wir im Dusch- und Umkleidebereich keine Aufsicht sicherstellen können. Falls erforderlich, nehmen Sie bitte Ihre Kinder nach dem Training dort wieder in Empfang.
- Unsere Trainingszeit ist leider begrenzt, wir alle möchten die Zeit so effektiv wie möglich nutzen. Daher ist es wichtig, dass Ihre Kinder pünktlich zum Training kommen.

Sollten Sie Fragen haben, sprechen Sie uns gerne an!
Wir freuen uns auf die neue Trainingsaison mit Ihren Kindern.

DIRK ULMANN & CHRISTINE LIMPINSEL (Technische Leitung Ausbildung)



ILSEDER FERIENPROGRAMM

Das Ilseder Ferienprogramm ist ein Angebot der AG Ilseder Sportvereine e.V., bei dem ehrenamtliche Helfer über mehrere Wochen eine abwechslungsreiche Feriengestaltung begleiten. Am 07. Juli 2018 stand auch eine Besichtigung der Wachstation der DLRG am Eixer See auf dem Plan. Voller Tatendrang besuchten uns 18 Kinder und durchliefen unterschiedliche Stationen. Zuerst zeigte Martin Fickert den Kids die Wachstation und stellte ihnen die Ortsgruppe vor. Anschließend konnten die jungen Besucherinnen und Besucher in Kleingruppen unterschiedliche



Bereiche der Wasserrettung kennenlernen. Sie konnten verschiedene Rettungsgeräte ausprobieren, wie beispielsweise den Rettungsball werfen oder das Spineboard im Einsatz erleben und sogar selbst die Spinne befestigen. Darüber

hinaus lernten die Kinder die Grundlagen der Ersten Hilfe kennen. Sie probierten die vereinfachte Seitenlage



miteinander aus und legten sich gegenseitig unterschiedliche Verbände an. Was natürlich nicht fehlen durfte, war



eine Spritztour mit einem der beiden Boote, welche für viele Kinder der Höhepunkt des Besuches war. Nachdem jede Station durchlaufen wurde, konnten sich die Kids noch auf unserem Oberdeck am Grill stärken, bis sie vor Ort abgeholt wurden.

SYLVANA NEUTZER





PEINER FERIENPROGRAMM





BESUCH DER KINDER VOM PROJEKT „FERIEN VOM VERSTRAHLTEN ALLTAG“

Bereits seit einigen Jahren besucht uns in den Sommerferien der Christliche Verein Junger Menschen (CVLM) Stederdorf im Rahmen des Projektes „Ferien vom verstrahlten Alltag“. Im Rahmen des Projekts besuchen Kinder aus Weißrussland Peine. Auch dieses Jahr machten sich zehn Kinder mit ihrer Lehrerin Marina und ihrer Dolmetscherin Tatjana auf den Weg nach Deutschland. Natürlich stand dabei auch wieder ein Besuch bei der DLRG am Eixer See auf dem Programm.



Ihre Zeit in Peine verbringen die Kinder in Gastfamilien. Die Gastfamilien freuten sich ebenso wie die gespannten Kinder bei sommerlichen Temperaturen und bestem Wetter auf einen tollen Tag am Eixer See. Neben dem Plantschen und Schwimmen im See und dem Spielen im Sand stand als Highlight eine rasante Bootsfahrt auf dem Eixer See mit dem großen Rettungsboot „KNAX“ und dem kleinen Schlauchboot „EULE“ auf dem Programm.

Nach einer kurzen Begrüßung und dem gegenseitigen Vorstellen der Vereine sowie dem Anlegen der Rettungswesten ging es direkt auf die Boote, mit denen die Kinder und zum Teil auch Erwachsenen den See unsicher machten.

In den kleinen Verschnaufpausen wurden die Erlebnisse bereits bei Kaffee, Kuchen und kühlen Getränken an Land miteinander geteilt.

Alle Kinder und auch die Helfer hatten riesigen Spaß bei der Aktion. Zum Schluss wurden schließlich noch kleine Gastgeschenke ausgetauscht.



Für alle Kinder des Projektes gab es einen DLRG-Turnbeutel, der reichlich mit Stickern und einer Frisbeescheibe gefüllt war.



Für den gelungenen Nachmittag bedankten sich Henning Könemann vom CVJM Stederdorf und die Kinder aus Weißrussland bei den ehrenamtlichen Helfern der DLRG mit einem kleinen Geschenk bei uns.



SARA KORNWEIH





TERMINKALENDER:

21.09.2018	SAVE THE DATE – 4. JugendEXPO 2018 Gebläsehalle Ilsede
17.11.2018	Stationsreinigung
23.11.2018	Weihnachtsfeier Stamm
16.12.2018	Jahreshauptversammlung Jugend
27.01.2019	Bezirksmeisterschaften (evtl. in Peine)
03.02.2019	Winterparty
08.02.2019	Jahreshauptversammlung mit Wahlen



Schwimmen

Hallenbad Ilsede: !Erst wieder nach Öffnung des Hallenbades Ilsede!

Montags:

15:00-17:00 Uhr Mutter-Kind Schwimmen

18:00-20:00 Uhr Familienschwimmen u. Tauchausbildung

20:00-22:00 Uhr Frauenschwimmen

P3 Peine

Mittwochs: 20:00-21:00 Uhr (Erwachsene/ Jugendliche ab 16 Jahren)

Donnerstags: 17:00-19:00 Uhr (Anfängerschwimmausbildung und Jugendliche 5-12 Jahre)

19:00-20:00 Uhr (Jugendliche 12-16 Jahre) + Wettkampftraining

20:00-22:00 Uhr (Erwachsene/ Jugendliche ab 16 Jahren)

20:00-20:45 Uhr & 20:45-21:30 Uhr Aqua Fitness

In den **Ferien** und an **Feiertagen** findet **kein** Schwimmtraining statt.

Tauchen

Treffen jeden Sonntag 10:00 Uhr am Eixer See

Montags: 18:00-20:00 Uhr Tauchausbildung im Hallenbad Ilsede

Mittwochs: 20:00-21:00 Uhr Tauchtraining im P3 Peine

Schnuppertauchen jederzeit nach Absprache möglich.

Wachdienst

An allen Wochenenden ab Mitte Mai bis Mitte September am Eixer See

Samstags: 12:00-19:00 Uhr Uhrzeiten können je nach

Sonntags: 11:00-18:00 Uhr Wetter und Betrieb variieren

Pilates

Montags: 20:30-21:30 Uhr Gymnastikraum Pestalozzischule Peine

Freitags: 19:30-20:30 Uhr Gymnastikraum Pestalozzischule Peine
(nicht regelmäßig)

Wenn eine E-Mail Adresse vorhanden ist, seid ihr immer auf dem Laufenden!

Alle Veranstaltungs-Einladungen werden nur noch per E-Mail verteilt!

E-Mail-Adresse bitte an: mitgliederverwaltung@peine.dlrg.de

