10 Baderegeln

1. GESUNDHEIT:

Wenn du schwimmen gehst, musst du gesund sein!

2. HINWEISSCHILDER BEACHTEN:

Auf den Hinweisschildern kannst du lesen, was im Schwimmbad erlaubt und was verboten ist. Daran musst du dich halten!

3. DUSCHEN, ABKÜHLEN:

Geh erst dann ins Wasser, wenn du dich geduscht und abgekühlt hast!

4. KÄLTEGEFÜHL:

Bleib nicht im Wasser, wenn dir kalt ist, du kannst sonst Krämpfe bekommen! Krämpfe sind für den Schwimmer gefährlich!

5. OHRENERKRANKUNGEN:

Wenn du Ohrenschmerzen oder eine Ohrenverletzung hast, darfst du nicht schwimmen, springen oder tauchen!

6. ESSEN:

Wenn du viel gegessen hast, warte eine Stunde, bevor du wieder ins Wasser gehst.

7. STARKE SONNE:

Schütz dich vor der Sonne (Sonnencreme, Kappe, T-Shirt)! Wenn dir heiß ist, darfst du nicht ins kalte Wasser springen!

8. ÜBERMUT:

Lass dich von anderen nicht dazu überreden, etwas zu tun, was du nicht gut kannst (weit hinausschwimmen, ins Wasser springen oder tauchen).

9. SPRINGEN:

Spring nur dort ins Wasser, wo es erlaubt ist! Du darfst dabei niemanden in Gefahr bringen! Spring ja nicht in Gewässer, die du nicht kennst, es könnten viele Gefahren lauern!

10. VORSICHT IM ERLEBNISBAD:

Im Erlebnisbad sind oft viele Menschen. Beobachte daher auch die Leute in deiner Umgebung! Ruf Hilfe herbei, wenn jemand in Gefahr ist!

Schwimm dich fit!

Kärntner Schwimmoffensive

ERFOLGSPROJEKT LAND KÄRNTEN

Schwimm dich fit & gesund

Österreichische Wasserrettung
Kärntner Gesundheitsfonds
Bildungsdirektion Kärnten
Kärnten Sport
Schwimmverband Kärnten
gesundheitsland kärnten
Österreichisches Jugendrotkreuz Kärnten
Aus Liebe zum Menschen.

Kontaktdaten Schwimm- und Sportvereine:

Partner:
Österreichische Wasserrettung
(Landesverband Kärnten)
&
Jugendrotkreuz Kärnten

Schwimmverein Wörthersee

August-Jakschstraße 5/1
9020 Klagenfurt am Wörthersee
Obmann: Klaus Brandstätter
E-Mail: info@svwoe.at
Homepage: www.svwoe.at

Schwimm Aktiv Club

Wilsonstraße 25
9020 Klagenfurt am Wörthersee
Obmann: Georg Findenig
E-Mail: office@schwimmaktiv.at
Homepage: www.schwimmaktiv.at

Schwimmverein Paternion

Sonnrainweg 139
9711 Paternion
Obmann: Peter Lassnig
E-Mail: p-g-lassnig@gmx.at

Athletik Club Donau Chemie St. Veit/Glan

Haydenstraße 8
9300 St. Veit/Glan
Obmann: Karl Stefan Pugganig
E-Mail: office@acsanktveit.at
Homepage: www.acsanktveit.com

Schwimmverein Villach Ossiacher See

Postfach 35
9501 Villach
Ansprechpartnerin: Manuela Freidl
E-Mail: manuela.villach@aon.at
Homepage: www.schwimmvereinvillach.at

Schwimmverein FK Spittal/Drau

Ebnerwiese 6
9800 Spittal
Obfrau: Angelika Hinteregger
E-Mail: office@sv-spittal.at
Homepage: www.sv-spittal.at

Wolfsberger Schwimmverein

Stadionbadstraße 2
9400 Wolfsberg
Obmann: Andreas Wadler
E-Mail: office@wolfsberger-sv.com
Homepage: www.wolfsberger-sv.com

3athlon

Keltenweg 6/3
9063 Maria Saal
Ansprechpartner: Mario Kapler
E-Mail: office@3athlon-kaernten.at
Homepage: www.3athlon-kaernten.at
Kontakt: 0699 19270612

Tri Team Klagenfurt

Krummbachgasse 26
9073 Klagenfurt
Ansprechpartner: Andreas di Bernardo
E-Mail: office@triteamklagenfurt.sportunion.st
Homepage: www.triteamklagenfurt.sportunion.at
Kontakt: 0664 4201940

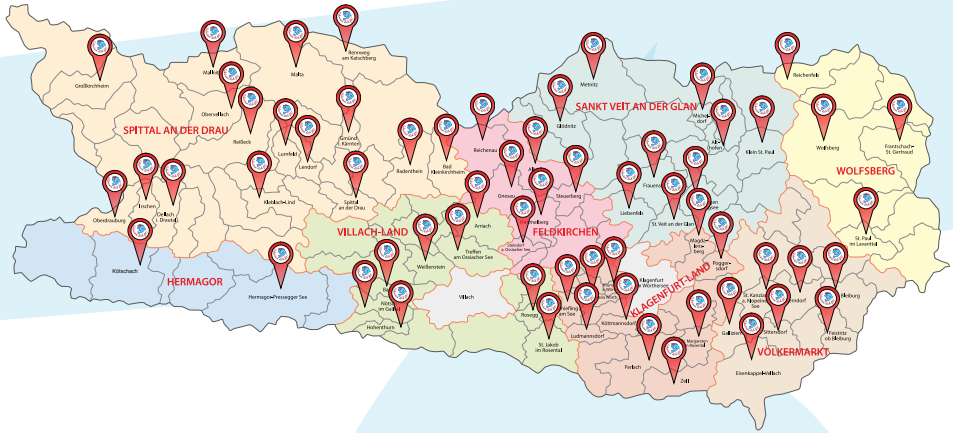
Kontakt Schwimmschulen:

Sportperle Spittal

Ansprechpartnerin: Julia Moser
E-Mail: schwimmschule.sportperle@gmail.com
Homepage: www.sportperle.at
Kontakt: 0660 1032989

Kärnten Therme fit

Ansprechpartner: Schwimmtrainer der Therme
E-Mail: fitness@warmbad.at
Homepage: www.kaerntentherme.com
Kontakt: 04242 30012464



über 4.000 Kinder

64 Gemeinden

8 Bezirke

1 Sportland Kärnten

KÄRNTEN SPORT

KÄRNTEN SPORT