



Das Mermaid-Training beim EC-Diving-Club dient als Einführung zum Tauchen/Apnoetauchen mit Fokus auf korrekte Monoflossen-Schwimmstile, Ausdauer, Statik, Dynamik und Rettungsübungen. In Zusammenarbeit mit Mermaids United, eine Konzept Schule für professionelles Mermaiding in Sport Monoflossen. Schwerpunkt: Begleitung und professionelle Ausbildung der Teilnehmer in unterschiedlichen Lebenslagen und mit unterschiedlichen Erwartungen an sportliche Aktivitäten.

Mitglieder können an Ausbildung von Basic- bis hin zur Advance Mermaid, Performer Mermaid/ Merman sowie Mermaiding Instructoren, Veranstaltungen, Wettkämpfen (The Official MerLympics) und Conventions, sowie Treffen, regelmässiges Mermaiding Training, Performance Schwimmen und weitere Aktionen teilnehmen.

Das Training findet abwechselnd mit professionell ausgebildeten, ehrenamtlichen Trainerinnen statt.

Infos zum Training Probetraining (ohne Mitgliedschaft möglich)

2x jährlich vor regulären Trainingszeiten und zu Freibaderöffnungen, Events etc. Termine werden auf der Website veröffentlicht.

Voraussetzung: gute ausdauernde Schwimmkenntnisse

Kosten: 15€

Wöchentliches Training

Voraussetzung Einstieg ins Wöchentliche Training

- ab 8 Jahren
- Bronzeschwimmabzeichen (Abnahme im Verein möglich)
- eigene Ausrüstung oder Ausrüstungsverleih gegen Leihgebühr bei unserem Ausbildungspartner

Der Termin für das **Grundlagen Training oder äquivalenter Kurs** ist Voraussetzung für die Teilnahme am wöchentlichen Training.

Advance Kurs 7 Trainingseinheiten: Ausbauen und Vertiefen der Schwimmstile, Apnoebasics und Rettungsfähigkeiten, sowie die ersten Einblicke in Unterwasserperformance. Training Regelmässiges Training zur Stabilisierung und Weiterentwicklung der Fähigkeiten. Durch Ausdauertraining wird die körperliche Fitness gesteigert.

Ablauf Training

Treffpunkt 18:30Uhr

Aufwärmen 18:50Uhr

Wasserzeit 19:00Uhr-19:50Uhr

Abholzeit: 20:15Uhr

Kosten Mitgliedschaft EC Diving Club

Keine Aufnahmegebühr für Kinder unter 14

Aufnahmegebühr Erwachsene 50€

10€ monatlicher Mitgliedsbeitrag (*wird als Jahresbeitrag eingezogen/monatlich kündbar)

Einmalige Mermaids United Zertifizierung — und Ausbildungsgebühr von 68€

Ausrüstungsverleih: 5€/Training

Leistungsgruppe Flipper		Gruppe Nemo	
07.09.25	SCHNUPPERTAUCH-EVENT	07.09.25 16:30-18:30Uhr	GRUNDLAGEN
14.09.25	Ausdauer - Spiele	14.09.25	Advanced 1 - Spiele
21.09.25	Statik - Performance	21.09.25	Advanced 2 Statik- NSB Technik Schwimmstiele
28.09.25	Ausdauer - Technik	28.09.25	Advanced 3 Dynamik - Spiele
05.10.25	Statik - Tief - Dynamik	05.10.25	Advanced 4 Rettung - NSB Technik
12.10.25	Ausdauer - Spiele	12.10.25	Advanced 5 TIEF - Spiele
19.10.25	Statik - Performance	19.10.25	Advanced 6 Performance mit Team Flipper - NSB Technik
26.10.25	HALLOWEEN TRAINING - SPIELE	26.10.25	HALLOWEEN TRAINING
02.11.25 ab 19:30Uhr	Freies Training	02.11.25	FERIEN
09.11.25	Ausdauer - Spiele	09.11.25	Advanced 7 - Prüfung
16.11.25	Statik - Performance	16.11.25	Advanced 1 - Ausdauer
23.11.25	Ausdauer - Technik	23.11.25	Advanced 2 - Ausdauer mit Team Flipper
30.11.25	Statik - Performance	30.11.25	Advanced 3 - NSB Technik
07.12.25	Ausdauer - Spiele	07.12.25	Advanced 4 - Spiele
14.12.25	Statik - Tief - Dynamik	14.12.25	Advanced 5 - NSB Technik
21.12.25	Ausdauer - Technik	21.12.25	Advanced 6 - Performance+
28.12.25	FERIEN	28.12.25	FERIEN
04.12.25	FERIEN	04.12.25	FERIEN
11.01.26	Statik - Performance	11.01.26	Advanced 7 - Prüfung
18.01.26	Ausdauer - Spiele	18.01.26	Probetraining Gruppe Flipper
25.01.26	Statik - Tief - Dynamik	25.01.26	Probetraining Gruppe Flipper

