

# Der Weg vom Anfänger zum Sportschwimmer!

Kategorie	Mädchen	Buben
Propaganda	7/8 Jahre	8/9 Jahre
Anwärter B	9/10 Jahre	10/11 Jahre
Anwärter A	11/12 Jahre	12/13 Jahre
Jugend	13/14 Jahre	14/16 Jahre
Unionren	15/16 Jahre	17/18 Jahre
Kadetten	17/18 Jahre	19/20 Jahre
Allgemeine Klasse	19 Jahre und älter	21 Jahre und älter
Erwachsene		

Für einen Jahresbeitrag von € 360,00\* bieten wir bis zu **1700** Trainingsstunden pro Saison (Anfang September bis Anfang August),  
Bustransfer, Startgeld und Betreuung bei Wettkämpfen uvm.

\*Der Beitrag wird jährlich von der Leitung festgesetzt



## Schwimmen...

...ist der gesündeste Sport, beliebt, weitverbreitet und aus vielen Gründen wertvoll:

- Ist eine Ganzkörperbewegung, kräftigt und entlastet aber gleichzeitig den stark belasteten Binde- und Stützapparat.
- Wirkt einer Fehlbelastung der Wirbelsäule entgegen.
- Regt den Blutkreislauf an, kräftigt das Herz sowie die Atemmuskulatur und stärkt das Immunsystem.
- Steigert das Wohlbefinden, dient der Gesundheit und der Arbeitsproduktivität.



Der SCM Schwimmnachwuchs erreichte bei den Wettkämpfen in der zurückliegenden Wettkampfsaison von November 2009 bis März 2010 hervorragende Ergebnisse. Unter anderem werden den SCM Schwimmerinnen und Schwimmer bei fünf Wettbewerben in der Provinz 85 Edelmetalle, davon 34 Gold, 29 Silber und 22 Bronze Medaillen, überreicht.

**SC Meran SPARKASSE entwickelt Teamgeist. Seit Jahren stark und zuverlässig.**

more  for you!  
**MotorUnion**  
Meran/o [www.motorunion.it](http://www.motorunion.it)

Druck: Hauger-Fritz, Meran

**Büro SCM Schwimmen**

MERANARENA

39012 Meran - Gampenstr.

Tel. 0473 233 682

[schwimmen@sportclub-meran.it](mailto:schwimmen@sportclub-meran.it)

[www.scmschwimmen.com](http://www.scmschwimmen.com)



*Schwimmen für alle!*

**Torggler Group**



**SPARKASSE**



Schulschwimmen

Spielend schwimmen lernen  
unter fachkundiger Anleitung in unseren ganzjährigen

## Schwimmkursen

Wassergewöhnung - Kleinkinder - Fortgeschrittene -  
Hobby - Erwachsene - Sportschwimmer



## Acquafitness

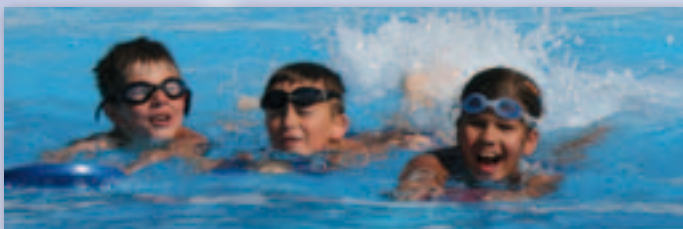
(Acqua-Power,  
Acqua-Walking, Zirkeltraining)

## NEU! Acquajogging

## Anmeldungstermine:

Ganzjährig für Sommer & Herbst-Winter

Mehr Infos Montag, Mittwoch, Freitag von 16.30 bis 18.00 Uhr  
Tel. 0473 233 682 - Handy 348 3021434  
(Herr Müller) oder 338 4638425 (Johanna)  
www.scmschwimmen.com oder schwimmen@sportclubmeran.it



Kleinkindergruppe

## Mit uns zum Erfolg!



Edith Niederfriniger

### Ergebnisse 2010

28.02.2010  
Ironman Malaysia - 2.Platz

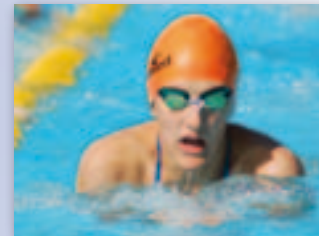
Ende Juni 2010:  
Europameisterschaft Triathlon  
Langstrecke in Spanien  
(mit ital. Nationalmannschaft)

Oktober 2010:  
Bereits qualifiziert  
für den Ironman Hawaii

### Campionati Nazionale Giovanili Invernali Riccione 26.-28.03.2010



Liliana Thaler,  
50 Freistil 27,89 sek.,  
50 Brust 35,82 sek.



Josephine Theiner,  
50 Brust 34,59 sek.



## Neue Sportclub Meran Rekorde



(v.l.) Edlinger Annalena, Thaler Lena, Santer Anna, Graif Viviane

4x100m Lagen		Thaler Lena	1:31,20
mit	5:28,40	Santer Anna	1:18,21
Edlinger Annalena	1:25,01	Graif Viviane	1:13,98

4x100m Freistil		Kienzl Lien	1:11,33
mit	4:40,26	Gutmann Franziska	1:13,31
Santer Anna	1:05,94	Thaler Lena	1:09,68



v.l. Theiner Josephine, Thaler Liliana, Blaas Irene, Theiner Sophie

4x100 Freistil		Blaas Irene	0:59,91
mit	4:04,36	Theiner Josephine	1:00,89
Thaler Liliana	1:01,04	Theiner Sophie	1:03,75

