



## Willkommen beim 1. USCK



Wir freuen uns Dich wieder, oder neu bei uns begrüßen zu dürfen. Unser Verein besteht seit 1985 und betreut seit dieser Zeit Kinder und Jugendliche, um diesen eine anständige Schwimmbildung zu ermöglichen.

Extern und intern ausgebildete Trainer, Lehrer und Betreuer stehen zu den Trainingszeiten im exklusiv für unseren Verein angemieteten Sportbecken des klosterneuburger Happylands zur Verfügung.

### Unsere Trainingszeiten

- 17:30 Uhr **Einlass** für NachwuchsschwimmerInnen und NachwuchswasserballerInnen
- 17:45 Uhr **Start** des Aufwärmprogramms um die Muskulatur auf die Belastung vorzubereiten
- 18:00 Uhr Beginn des Schwimmprogramms, abgestimmt auf das Niveau der 5 Leistungsgruppen  
(beinhaltet Technik-, ebenso wie Ausdauer- und Intervalleinheiten)
- 18:45 Uhr **Ende** des Schwimmprogramms der **SchwimmerInnen**  
WasserballerInnen beginnen mit dem spartenspezifisch neu strukturierten Training
- 19:30 Uhr **Ende** des Trainings der **NachwuchswasserballerInnen**  
Start des Trainings der Kampfmannschaft Wasserball

**Di** 20:30 Uhr **Ende** des Trainings der **Kampfmannschaft** Wasserball

**Fr** 21:30 Uhr **Ende** des Trainings der **Kampfmannschaft** Wasserball

Im Wintersemester 2019 trainieren wir wie gehabt an sämtlichen **Dienstagen** wie **Freitagen**, sofern **nicht schulfrei** ist, im Sportbecken des Happyland in der Au. An **gesetzlichen Feiertagen** und Schulferien **entfällt** das Training, die schulautonomen Tage sind jedoch nicht betroffen.

Im Semestertarif ist auch weiterhin der Eintritt ins Happyland (**38 mögliche Termine im Semester**), vereinsseitige Versicherung, die Betreuung durch motivierte und geschulte TrainerInnen etc. inkludiert.

Der **Semesterbetrag** für die aktiven Mitglieder beträgt **150 Euro**. Der Betrag für jedes **weitere Familienmitglied** beträgt **100 Euro**.

Bitte, auch wenn bereits bei uns bekannt, bei Überweisung mit **onlinebanking** immer den **Namen des Kindes, Geburtstag, aktuelle Telefonnummer für Notfälle** und „**Wintersemester 2019**“ angeben!!!

### Bankdaten

**IBAN: AT28 3236 7000 0000 6668**

**BIC: RLNWATWW367**

Bleibt nur noch willkommen im neuen Semester und viel Spaß beim  
1.USCK zu wünschen!!!

# 1. Union SchwimmClub Klosterneuburg

Schwimmen – Wasserball



Unser Trainingskalender für das Wintersemester 2019/2020:

Di 03.09.19  
Fr 06.09.19  
Di 10.09.19  
Fr 13.09.19  
Di 17.09.19  
Fr 20.09.19  
Di 24.09.19  
Fr 27.09.19  
Di 01.10.19  
Fr 04.10.19  
Di 08.10.19  
Fr 11.10.19  
Di 15.10.19  
Fr 18.10.19  
Di 22.10.19  
Fr 25.10.19  
Di 29.10.19  
Fr 01.11.19 Allerheiligen  
Di 05.11.19  
Fr 08.11.19  
Di 12.11.19  
Fr 15.11.19 Leopoldi  
Di 19.11.19  
Fr 22.11.19  
Di 26.11.19  
Fr 29.11.19  
Di 03.12.19  
Fr 06.12.19  
Di 10.12.19  
Fr 13.12.19  
Di 17.12.19  
Fr 20.12.19  
Di 24.12.19  
Fr 27.12.19 Weihnachtsferien  
Di 31.12.19  
Fr 03.01.20  
Di 07.01.20  
Fr 10.01.20  
Di 14.01.20  
Fr 17.01.20  
Di 21.01.20  
Fr 24.01.20  
Di 28.01.20  
Fr 31.01.20  
Di 04.02.20 Semesterferien  
Fr 07.02.20  
Di 11.02.20 Start Sommersemester

## KONTAKT

### 1. Union Schwimmclub Klosterneuburg

Schwimmen – Wasserball

3400 Klosterneuburg

Siedersgraben 5

office@1usck.at

<http://www.1usck.at>

+43 650 60 26 762

Mit sportlichen Grüßen,

Jochen Plementas