

Leitbild zur Schwimmausbildung von Dipl. Sportwissenschaftler Jonathan Ries

Stand: März 2026

Kurze Beschreibung meines Werdegangs im Bereich Schwimmen:

 Ich habe von 2004 bis 2011 an der Sporthochschule Köln studiert mit kleinem Schwerpunkt Schwimmen.

 2005 habe ich mein DLRG Rettungsschwimmabzeichen Silber erworben.

 Es folgten zwei Zusatzausbildungen 2019 in Malaga, Spanien zum "Monitor de Natation", sowie 2020 beim DSV das Zertifikat zum Schwimmlehrerassistenten.

 Von 2021 bis 2025 habe ich 4 Jahre aktiv als Trainer im Langenberger Schwimmverein 1897 e.V., kurz LSV als Übungsleiter in der Anfängerschwimmausbildung gearbeitet und bin dort aktiv bei den Vereinsmeisterschaften mitgeschwommen.

 Die vereinsinterne Ausbildung innerhalb des LSV unter der Leitung von Andreas Siepmann war letztendlich mein endgültiger Schritt zum Schwimmlehrer.

 September 2022 Gründung des ersten freien Schwimmkurses aus einer Elterninitiative der Waldorfschule Windrathertal, Velbert Langenberg.

 Anfang Januar 2026 konnte ich bei der DLRG Ortsgruppe Velbert Langenberg im Nizzabad meinen Rettungsschwimmschein Silber erfolgreich aktualisieren, den man als Schwimmlehrer alle zwei Jahre aufzufrischen hat. Darüber freue ich mich sehr und bin der DLRG Ortsgruppe sehr dankbar für diese Möglichkeit.

 Ich bin nun seit über 20 Jahren Inhaber des DLRG Rettungsschwimmpasses.

   Ich betrachte mich allerdings stets als „Lernenden“ auf dem Gebiet der Schwimmausbildung und genieße selbst stets mein Training, welches darin besteht, möglichst meinen "Wochenkilometer" zu schwimmen.



 Ich verfolge mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen das Ziel der Vermittlung der 4 Schwimmarten mit Fokus auf Kraulschwimmen, einem "Wohlfühlen" in seiner Wahlschwimmart, sowie einem spielerischen Ansatz.

 Weiterhin betrachte ich Schwimmen als eine der effektivsten "Ausgleichsportarten". Das bedeutet, dass Schwimmen ein großes Potential in sich trägt Hauptsportarten, Bewegungs- und Arbeitsalltag sinnvoll zu ergänzen. In meinem Falle ergänzt sich mein sportliches Haupttätigkeitsfeld der zirkensischen Künste prima mit "Schwimmrehabilitation".

 Wenn ihr individuelle Fragen habt zu euren Kindern, welche Ziele ihr euch mit ihnen stecken wollt und welche Möglichkeiten und Grenzen in meinen Kursen gegeben sind, so freue ich mich auf persönliche Gespräche mit Euch.



 Die Abnahme der offiziellen Abzeichen vom Deutschen Schwimmverband, DSV Seepferdchen, sowie vom DSV Deutschen Schwimmpass Bronze, Silber und Gold tue ich in Zusammenarbeit mit den Stadtwerken Velbert und den Bademeistern des Nizzabades. Kommt dazu gern auf mich zu.



Meine Schwimmgruppen:

 Anfängerausbildung: Dienstags 14:00 bis 15:30 im Nizzabad

 Grundlagenausbildung, Deutscher DSV Schwimmpass Bronze, Silber Gold: Dienstags 15:30 bis 16:30 im Nizzabad.

🏊 Bei den Schwimmgruppen sind Eltern und Angehörige im Wasser ebenfalls herzlich willkommen.

🏊 Bei Gruppengrößen von mehr als 6 Anfängerschwimmern z.B. ist die Anwesenheit von assistierenden Eltern und Angehörigen sogar erforderlich.

🏊 Teilnahme von Menschen mit Integrationsbedarf möchte ich unbedingt unterstützen, dies sollte allerdings vorab in einem gemeinsamen Gespräch betrachtet werden.

🏊 Die Kurse gestalte ich auf freiwilliger Beitragsbasis mit einem Richtwert von 10€ je Einheit, je Teilnehmer. Dieses Modell ermöglicht es euch Eure Beiträge Euren finanziellen Möglichkeiten anzupassen.

🏊 Organisieren tun wir uns in den Schwimmgruppen über folgende Chats:

-WhatsApp: <https://chat.whatsapp.com/LL3wFc3nJhuCchfy7ivn3z>

-Telegram: <https://t.me+WKoTK0G8bh9mYTly>

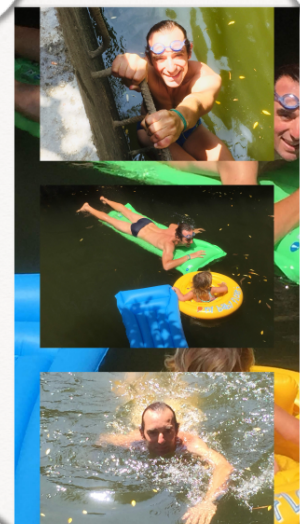


Bild: Training &
Familienschwimmen 2019 in Coín,
Andalusien, Spanien. 🇪🇸

Dipl. Spo. wiss. Jonathan Ries
Hauptstraße 123
42555 Velbert
email: jonathan@jonathura.de
Mobil: 01631461604
Spenden unter:
IBAN: DE11 4306 0967 1023 0150 00
Paypal: jonathanries@freimarkt.org



Nizzabad Velbert-Langenberg
Tel.: 02052/21 12
Nizzatal 4
42555 Velbert



Stadtwerke Velbert