

# Hammer SportClub 2008 e.V.

Am Südbad 9  
59069 Hamm

Tel.: (0 23 81) 87 10 100  
Fax: (0 23 81) 53 22 7  
info@hsc08.de - www.hsc08.de

## Öffnungszeiten der Geschäftsstelle

Mo-Fr: 9:00 - 17:00 Uhr

### Stephanie Alberternst

Abteilungsleiterin

(0 23 81) 905060  
alberternst@hsc08.de

### Anna Mönninghoff

Geschäftsführerin

### Anna Rösner

Jugendbeauftragte



Ansprechpartner

Höhe der Mitgliedsbeiträge		
Grundbeitrag (Pro Monat)		
	Abteilungen	
<b>0 - 3 Jahre</b>	Alle Abteilungen	<b>6,00 EUR</b>
<b>4 - 24 Jahre</b>	Alle Abteilungen	<b>11,00 EUR</b>
<b>25 Jahre und älter</b>	Alle Abteilungen	<b>16,00 EUR</b>
<b>Familienmitglied- schaft</b> Familie I (1 ERW + Kinder) Familie II (2 ERW + Kinder)	Alle Abteilungen	<b>26,00 EUR</b>
	Alle Abteilungen	<b>36,00 EUR</b>
Zusatzbeitrag Sportwerk (Pro Monat und Person)		
Minijob	Teilzeit	Vollzeit
<b>+ 10,00 EUR</b>	<b>+ 20,00 EUR</b>	<b>+ 30,00 EUR</b>
Ergänzungen zur Höhe der Mitgliedsbeiträge		
1. Passive Mitglieder, die nicht aktiv am Sport- und Freizeitangebot des Vereins teilnehmen, werden der Beitragsgruppe 0-3 Jahren gleichgesetzt und zahlen 6,00 EUR pro Monat. 2. Menschen mit geistiger Behinderung, die ausschließlich an den für sie eingerichteten Angeboten teilnehmen, werden der Beitragsgruppe 0-3 Jahren gleichgesetzt und zahlen 6,00 EUR pro Monat. 3. Kita-Kinder in einer Einzelmitgliedschaft werden der Beitragsgruppe 4- 24 Jahren gleichgesetzt und zahlen 11,00 EUR pro Monat. 4. Kita-Kinder in einer Familienmitgliedschaft werden der Beitragsgruppe 0-3 Jahren gleichgesetzt und zahlen zusätzlich 6,00 EUR pro Monat. 5. Auf Beschluss des Vorstandes der Bogensportabteilung wird ein monatlicher Zusatzbeitrag in Höhe von 5,00 EUR von deren Mitgliedern erhoben und monatlich eingezogen.		
Weitere Informationen zum Beitrag entnehmen Sie bitte der Beitragsordnung des Hammer SportClub 2008 e.V (Stand 01.01.2026)		

Mitgliedsbeiträge



Hammer SportClub 2008 e.V.

Schwimmen  
VIR LEBEN SPORT!

Stand: 02.02.26

## Baby-Schwimmen von 7 – 23 Monaten

## Kleinkind-Schwimmen von 24 – 4 Jahren

Beim Babyschwimmen und Kleinkindschwimmen geht es um das spielerische Herantasten an das Element Wasser. Um an dem Angebot teilnehmen zu können, ist **die Mitgliedschaft des Kindes und eines Elternteils notwendig**.

<b>Di:</b>	17:30 – 18:00	ab 7 Monaten	ADS
<b>Di:</b>	18:00 – 18:30	ab 24 Monaten	ADS
<b>Fr:</b>	16:00 – 16:30	ab 7 Monaten	ADS
<b>Fr:</b>	16:30 – 17:00	ab 24 Monaten	ADS

## Schwimmen erlernen ab 4 Jahren

Der Hammer SportClub 2008 e.V. bietet allen die Möglichkeit, das Schwimmen zu erlernen.

Der Lernprozess gliedert sich in drei Stufen – beginnend mit dem **Wasserfloh** (Wassergewöhnung) über die **Kaulquappe** (Wasserbewältigung) bis hin zum Erwerb des Schwimmabzeichens **Seepferdchen**.

Detailliertere Informationen entnehmen Sie dem Zusatzflyer „Schwimmen erlernen“.

Kompaktkurse für Kinder im fortgeschrittenem Grundschulalter werden zusätzlich angeboten.

Erwachsenen-Schwimmkurse nach Bedarf.

## Familien-Schwimmen

Unabhängig vom Alter der Kinder bieten wir Eltern die Möglichkeit, gemeinsam mit ihren Kindern Schwimmen zu gehen. Ein freies Angebot unter Aufsicht unserer Übungsleiter.

**Fr:** 17:00 – 18:30<sup>1</sup> ADS

## Aquafun

Für Kinder, die bereits das Seepferdchen haben und Mitglied der HSC-Schwimm-Abteilung sind.

**Sa:** 10:30 – 11:00 DBS

## Schwimmangebote Seepferdcheninhaber bis Goldabzeichen

<b>Mo:</b>	16:30 – 17:15	Kita Kinder	DBS
<b>Mo:</b>	17:15 – 18:00	1. + 2. Schuljahr	DBS
<b>Mo:</b>	18:45 – 19:30	3. - 6. Schuljahr	DBS
<b>Di:</b>	16:00 – 17:00	Grundschüler	DBS
<b>Do:</b>	17:15 – 18:00	Kita + 1. Schuljahr	DBS
<b>Do:</b>	18:00 – 18:45	2. - 4. Schuljahr	DBS
<b>Do:</b>	18:45 – 19:30	ab 7. Schuljahr	DBS
<b>Fr:</b>	16:30 – 17:15	Kita + 1. Schuljahr	DBS
<b>Fr:</b>	17:15 – 18:00	2. - 4. Schuljahr	DBS
<b>Fr:</b>	18:00 – 18:45	4. - 6. Schuljahr	DBS
<b>Sa:</b>	09:45 – 10:30	Kita + 1. Schuljahr	DBS
<b>Sa:</b>	11:00 – 11:45	2. - 4. Schuljahr	DBS
<b>Sa:</b>	13:00 – 14:00	Grundschüler	LES
<b>So:</b>	17:45 – 18:30	Kita & Grundschüler	DBS

## Abzeichen-Abnahme

<b>So:</b>	16:45 – 17:45	Abzeichen-Abnahme	DBS
------------	---------------	-------------------	-----

## Wettkampf-Mannschaften

### Aufbaugruppe ab 6 Jahren

In unserer Aufbaugruppe bereiten wir schwimmbegeisterte und motivierte Kinder gezielt auf den Einstieg in die Wettkampfmannschaften vor.

### Kinder- und Jugendmannschaften

Leistungssportlicher Trainingsbetrieb mit festen Trainingsstrukturen und regelmäßigen Wettkämpfen.

**Infos & Trainingszeiten unter [trainer-hsc08@gmx.de](mailto:trainer-hsc08@gmx.de)**

## Hobby, Masters & TriTeam

Strukturiertes Schwimmtraining für Erwachsene.

**Infos & Trainingszeiten unter [alberternst@hsc08.de](mailto:alberternst@hsc08.de)**

## Öffentlichkeitsschwimmen

<b>Mi:</b>	20:45 – 21:30 <sup>1</sup>	DBS
<b>Do:</b>	20:15 – 21:00 <sup>1</sup>	DBS
<b>Fr:</b>	19:30 – 21:00 <sup>1</sup>	DBS
<b>So:</b>	19:15 – 20:00 <sup>1</sup>	DBS

<sup>1</sup>Diese Angebote sind auch für Nichtmitglieder der Schwimmabteilung:  
Kinder / Jugendliche: Karte 2,00 EUR Erwachsene: Karte 2,50 EUR

## Fitnesskurse im Wasser

Die **Wassergymnastik** beim Hammer SportClub 2008 e.V. gestaltet sich nicht nur als optimal für ältere Menschen, sondern bietet ebenfalls ein schonendes Angebot für Personen aller Altersklassen mit geschwächten Gelenken. Die Ausführung im Wasser erweist sich insbesondere im Bereich der Gelenke, der Sehnen und des Rückens als äußerst wirksam, da durch den entstehenden Auftrieb die genannten Körperpartien geschont werden und das Herz-Kreislaufsystem gekräftigt wird. Die Kurse **Aqua-Power** und **Aqua-X** bieten Ihnen ein fitnessorientiertes Ganzkörpertraining im Wasser, bei dem Arme, Beine, Po und Rumpf trainiert werden. Parallel steigert diese Form des Trainings ihre Kraft, optimiert ihre Beweglichkeit, steigert ihre Ausdauer und fördert ihre Entspannung.

<b>Mo:</b>	18:15 – 19:00	Wassergymnastik	LES
<b>Mo:</b>	19:30 – 20:15	Wassergymnastik	DBS
<b>Mo:</b>	20:15 – 21:00	Aqua-X (1,35 m)	DBS
<b>Di:</b>	19:00 – 19:45	Wassergymnastik	DBS
<b>Mi:</b>	18:30 – 19:15	Wassergymnastik	DBS
<b>Mi:</b>	19:15 – 20:00	Aqua-Power	DBS
		(gerade KW 1,80 m, ungerade KW 1,35 m)	
<b>Mi:</b>	20:00 – 20:45	Aqua-X*	DBS
<b>Do:</b>	19:30 – 20:15	Aqua-Power	DBS
<b>Fr:</b>	18:45 – 19:30	Aqua-Power	DBS
<b>So:</b>	18:30 – 19:15	Aqua-Power	DBS

\*Intensivkurs im Tiefwasser, nur mit guter Schwimmfähigkeit

## Unsere Sportstätten

<b>DBS</b>	Dietrich-Bonhoeffer-Schule Brehmstraße 11 – 59069 Hamm
<b>ADS</b>	Alfred-Delp-Schule Ewald-Wortmann-Weg 10 – 59069 Hamm
<b>LES</b>	Lehrschwimmbecken an der Lessingstraße Lessingstraße 30 – 59063 Hamm
<b>MM</b>	Maximare Jürgen-Graef-Allee 2 – 59065 Hamm



Hammer SportClub 2008 e.V.

**Hammer SportClub 2008 e.V.**

Am Südbad 9 - 59069 Hamm

(0 23 81) 87 10 100 - [info@hsc08.de](mailto:info@hsc08.de) - [www.hsc08.de](http://www.hsc08.de)