

Anmeldeinformation

Letze Aktualisierung

04. Oktober 2026



Einsteigerkurse



Trainingsziel

Die Technik des Wasserspringens vereint zentrale Grundelemente vieler Sportarten.

Ziel des Trainings ist es, diese Grundelemente gezielt zu vertiefen sowie individuelle Talente zu erkennen und zu fördern.

Darüber hinaus werden konzentriertes Zuhören und die Umsetzung von Anweisungen in vielfältigen Bewegungsabläufen geschult. Die Kinder können dabei selbst entdecken, wo ihre persönlichen Stärken liegen.

Unsere qualifizierten Kursleiter besprechen die erzielten Fortschritte und Beobachtungen gerne mit Ihnen.

Kursdetails

Kurs	Grundkurs 1	Grundkurs 2	Grundkurs 3 (Kids)	Grundkurs Jugend
Alter	6-8 Jahre	8-10 Jahre	10 Jahre und älter	10-12 Jahre (älter auf Anfrage)
Kurstage	Montag	Montag und Mittwoch	Montag und Mittwoch	Mittwoch
Kurszeiten	Montag: 16:30 – 17:30h	Montag: 17:30 – 18:30h Mittwoch 15:30 – 16:30h	Montag: 18:30 – 19:30h Mittwoch: 16:30 – 17:30h	Mittwoch: 17:30 – 18:30h
Kursort	Hallenbad Oerlikon	Hallenbad Oerlikon	Hallenbad Oerlikon	Hallenbad Oerlikon
Semester	Wintersemester: Ende ZH-Sommerferien bis Start ZH-Sportferien (Februar) Sommersemester: Ende ZH-Sportferien (Februar) bis Start ZH-Sommerferien	Wintersemester: Ende ZH-Sommerferien bis Start ZH-Sportferien (Februar) Sommersemester: Ende ZH-Sportferien (Februar) bis Start ZH-Sommerferien	Wintersemester: Ende ZH-Sommerferien bis Start ZH-Sportferien (Februar) Sommersemester: Ende ZH-Sportferien (Februar) bis Start ZH-Sommerferien	Wintersemester: Ende ZH-Sommerferien bis Start ZH-Sportferien (Februar) Sommersemester: Ende ZH-Sportferien (Februar) bis Start ZH-Sommerferien

Einsteigerkurse

Kurskosten & Anmeldung

Siehe Preise und Anmeldungen



Q&A

Abmeldung Training: erfolgt durch die Kursteilnehmer schriftlich an die entsprechenden Coaches

Abmeldung Semester: erfolgt durch die Kursteilnehmer schriftlich an admin@vzw.ch

Fragen: Bitte wenden Sie sich an admin@vzw.ch

Kursgrössen: Zur Gewährleistung der Sicherheit und einer optimalen Förderung der Kinder ist die Kursgrösse auf maximal 8 Teilnehmer:innen begrenzt. Sollte ein Kurs bereits ausgebucht sein, können Sie sich gerne auf die Warteliste setzen lassen.

Kurs-Einteilung: Die Coaches bewerten die Einteilung pro Semester neu und werden danach die Administration kommuniziert. Unsere Coaches sind gut ausgebildet und haben ein grosses Knowhow.

Schnuppern: Wir bieten in dem Sinne keine Probetrainings an, dazu ist die Sportart zu komplex. Aber alle Trainings sind öffentlich und man kann jederzeit vorbeikommen und zusehen. Unsere Coaches können vor Ort auch weitere Auskunft geben

Trainingsintensität: Wir empfehlen mit 1 Training zu starten

Trainingsinformationen: Treffpunkt ist 5 Minuten vor Trainingsbeginn auf der grossen Treppe beim Springturm. Das Training beginnt mit Trockenübungen, daher bitten wir, Turnkleidung zu tragen und vorher nicht zu duschen. Athletinnen und Athleten mit langen Haaren bitten wir, diese zusammenzubinden.

Wasserspringen und Schwimmen für die Kleinsten (4-6 Jahre): Wird aktuell nicht mehr als Kurs angeboten, möglich als Privatlektion direkt bei Trainerin Svetlana auf Anfrage.

Einsteigerkurse

Trainingsziel

Der Jugend-Fun-Kurs ist nicht primär wettkampforientiert. Ziel ist es, technische Grundlagen zu vermitteln und Freude am Wasserspringen zu fördern.

Bei Interesse und mit Absprache mit den Coaches besteht die Möglichkeit, an nationalen Wettkämpfen teilzunehmen.



Kursdetails

Kurs	Jugend Fun		
Alter	12 – 17 Jahre	10 - 13 Jahre	14 – 18 Jahre
Kurstage	Dienstag	Mittwoch	Mittwoch
Kurszeiten	19:00 – 20:00h	17:00 – 18:00h	18:00 – 19:00h
Kursort	Hallenbad Oerlikon	Hallenbad Oerlikon	Hallenbad Oerlikon
Semester	Wintersemester: Ende ZH-Sommerferien bis Start ZH-Sportferien (Februar) Sommersemester: Ende ZH-Sportferien (Februar) bis Start ZH- Sommerferien	Wintersemester: Ende ZH-Sommerferien bis Start ZH-Sportferien (Februar) Sommersemester: Ende ZH-Sportferien (Februar) bis Start ZH-Sommerferien	Wintersemester: Ende ZH-Sommerferien bis Start ZH-Sportferien (Februar) Sommersemester: Ende ZH-Sportferien (Februar) bis Start ZH- Sommerferien

Breitensportkurse

Kurskosten & Anmeldung

Siehe Preise und Anmeldungen



Q&A

Abmeldung Training: erfolgt durch die Kursteilnehmer schriftlich an die entsprechenden Coaches

Abmeldung Semester: erfolgt durch die Kursteilnehmer schriftlich an admin@vzw.ch

Fragen: Bitte wenden Sie sich an admin@vzw.ch

Kursgrössen: Zur Gewährleistung der Sicherheit und einer optimalen Förderung der Kinder ist die Kursgrösse auf maximal 8 Teilnehmer:innen begrenzt. Sollte ein Kurs bereits ausgebucht sein, können Sie sich gerne auf die Warteliste setzen lassen.

Kurs-Einteilung: Die Coaches bewerten die Einteilung pro Semester neu und werden danach die Administration kommuniziert. Unsere Coaches sind gut ausgebildet und haben ein grosses Knowhow.

Ohne Erfahrung im Wasserspringen sollte zuerst ein Jugendgrundkurs absolviert werden.

Schnuppern: Wir bieten in dem Sinne keine Probetrainings an, dazu ist die Sportart zu komplex. Aber alle Trainings sind öffentlich und man kann jederzeit vorbeikommen und zusehen. Unsere Coaches können vor Ort auch weitere Auskunft geben

Trainingsintensität: Wir empfehlen mit 1 Training zu starten

Trainingsinformationen: Treffpunkt ist 5 Minuten vor Trainingsbeginn auf der grossen Treppe beim Springturm. Das Training beginnt mit Trockenübungen, daher bitten wir, Turnkleidung zu tragen und vorher nicht zu duschen. Athletinnen und Athleten mit langen Haaren bitten wir, diese zusammenzubinden.

Erwachsenenkurse

Trainingsziel

Ziel ist es, Wasserspringen als vielseitige und anspruchsvolle Bewegungsform kennenzulernen und mit Spaß, Neugier und Motivation neue Herausforderungen anzunehmen.



Kursdetails

Kurs	Anfänger / Mittel	Fortgeschrittene
Kurstage	Mittwoch	Mittwoch
Kurszeiten	19:00 – 20:30	19:30 – 21:00h
Kursort	Hallenbad Oerlikon	Hallenbad Oerlikon
Semester	Wintersemester: Ende ZH-Sommerferien bis Start ZH-Sportferien (Februar) Sommersemester: Ende ZH-Sportferien (Februar) bis Start ZH- Sommerferien	Wintersemester: Ende ZH-Sommerferien bis Start ZH-Sportferien (Februar) Sommersemester: Ende ZH-Sportferien (Februar) bis Start ZH- Sommerferien

Erwachsenenkurse

Kurskosten & Anmeldung

Siehe Preise und Anmeldungen



Q&A

Abmeldung Training: erfolgt durch die Kursteilnehmer schriftlich an die entsprechenden Coaches

Abmeldung Semester: erfolgt durch die Kursteilnehmer schriftlich an admin@vzw.ch

Fragen: Bitte wenden Sie sich an admin@vzw.ch

Kursgrössen: Zur Gewährleistung der Sicherheit ist die Kursgrösse auf maximal 10 Teilnehmer:innen begrenzt. Sollte ein Kurs bereits ausgebucht sein, können Sie sich gerne auf die Warteliste setzen lassen.

Schnuppern: Wir bieten in dem Sinne keine Probetrainings an, dazu ist die Sportart zu komplex. Aber alle Trainings sind öffentlich und man kann jederzeit vorbeikommen und zusehen. Unsere Coaches können vor Ort auch weitere Auskunft geben

Trainingsintensität: Wir empfehlen mit 1 Training zu starten

Trainingsinformationen: Treffpunkt ist 5 Minuten vor Trainingsbeginn auf der grossen Treppe beim Springturm. Das Training beginnt mit Trockenübungen, daher bitten wir, Turnkleidung zu tragen und vorher nicht zu duschen. Athletinnen und Athleten mit langen Haaren bitten wir, diese zusammenzubinden.

Preise und Anmeldung

Aktuelle Kosten für alle Kurse und Trainings

Trainings pro Woche	Kinder Kosten pro Semester (CHF)	Erwachsene Kosten pro Semester (CHF)
1	360	450
2	550	650
3	700	
4	850	
5	1'050	
6 und mehr	1'200	

Exklusiv

- Mitgliederbeitrag: CHF 50.00 (pro Semester)
- Eintritt ins Hallenbad (siehe Website Hallenbad Oerlikon)

Lizenz

Athletinnen und Athleten, die regelmäßig an Wettkämpfen teilnehmen, benötigen eine jährlich zu erneuernde Lizenz. Diese wird vom VZW für die Athletinnen und Athleten beantragt und separat in Rechnung gestellt.

- | | |
|--|------------|
| ▪ Jahreslizenz Kids (z.B. Kids Cup) | CHF 25.00 |
| ▪ Jahreslizenz Diving Nachwuchs Kat. B, C und D (15-jährig und jünger) | CHF 100.00 |
| ▪ Jahreslizenz Diving Elite und Kat. A (ab 16 Jahre) | CHF 150.00 |
| ▪ Jahreslizenz High Diving (ab 15 Jahre, alle Kategorien) | CHF 50.00 |
| ▪ Jahreslizenz Diving Masters | CHF 50.00 |
| ▪ Temporärlizenz (pro Wettkampf) | CHF 40.00 |

Preise und Anmeldung

Überzeugt? Dann melde dich an!



Anmeldung

Wir bitten dich, die folgendes Formular auszufüllen und informationen an admin@vzw.ch zu senden:

1. Beitrittserklärung ausfüllen und unterschreiben (siehe Website)
2. Kopie des Ausweises (ID oder Pass)

Die definitive Aufnahme in einen Kurs erfolgt nach Prüfung des Alters- oder Niveaubedingungen durch unser Trainierteam. Alle Trainings und Kurse setzen eine Vereinsmitgliedschaft voraus. Bei ausgebuchten Kursen können Sie sich auf die Warteliste setzen lassen (siehe Q&A der jeweiligen Kurse).

Wir freuen uns auf dich!