

*Mut.
Gemeinschaft.
Eine besondere
Disziplin.*

Eisschwimmen in Berlin

Save the Date | 04. Oktober 2026

Informations- und Schnupperveranstaltung



Eisschwimmen ist mehr als nur der Sprung ins kalte Wasser. Die Disziplin verbindet Schwimmsport, mentale Stärke, Körpergefühl und das bewusste Herantasten an niedrige Wassertemperaturen. Wir möchten diese faszinierende Sportart in Berlin gemeinsam mit Euch aufbauen.



Was erwartet Euch?

- Einblick in das Eisschwimmen und seine Besonderheiten
- Sicheres und kontrolliertes Herantasten an kaltes Wasser
- Grundlagen zu Kälte, Belastungssteuerung und Training
- Angeleitetes Wassertraining in Gruppen
- Austausch zu Training, Sicherheit und Perspektiven in Berlin



Für wen ist die Veranstaltung geeignet?

- Schwimmerinnen und Schwimmer mit Interesse am Eisschwimmen
- Trainerinnen und Trainer
- Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – sichere Schwimmkenntnisse genügen.



Das solltet Ihr mitbringen:

- Badebekleidung, Badekappe, Schwimmbrille (bei Bedarf Ohrstöpsel)
- Handtuch und/oder Wärmemantel
- warme Wechselkleidung und Mütze



Jetzt anmelden!



Eisschwimmen in Berlin

Anmeldung über den QR-Code



Termin & Ort



Sonntag, 04. Oktober 2026

11:00 bis ca. 13:30 Uhr



Sportbad Britz, Neukölln



Wichtige Hinweise

- Die Veranstaltung ist kein Wettkampf.
- Die Plätze sind aus Sicherheitsgründen begrenzt.
- Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

*Wir freuen uns
auf Euch!*



Kontakt bei Fragen



Robert Gärtner

Sachbearbeiter Eisschwimmen

robert.gaertner@berliner-schwimm-verband.de

Arbeitsgruppe Eisschwimmen im Berliner Schwimm-Verband
Ines Hahn · Peggy Henning · Robert Gärtner