



Baby- und Eltern-Kind-Schwimmen

ab 4 Monaten

Bei unseren Familien-Kursen kommen auch die Eltern auf ihre Kosten

Während die Kleinen bei gezielten Übungen Bewegungserfahrungen im Wasser sammeln, benötigen sie den sicheren Halt von Mama oder Papa. Da strahlen nicht nur die Augen der Kinder. Im Vordergrund dieses Kurses stehen das gemeinsame Singen, Bewegen und Spielen im warmen Wasser.



Babyschwimmen

Die Mamas oder Papas erlernen Handgriffe und Haltetechniken. Vielseitige Materialien können einen Bewegungsreiz auslösen. Babyschwimmen bietet eine positive Beeinflussung der anatomischen und organischen Entwicklung des Kindes.



Eltern-Kind-Schwimmen

Übergang vom Baby- ins Kinderschwimmen. Durch spielerische Formen lernen die Kinder die Kernelemente (Atmen, Gleiten, Schweben, Antrieb) und die Kernbewegungen (Arme, Beine, Körper) kennen.

Für Babys und Kleinkinder ist das Tragen von Badewindeln obligatorisch!



Schwimmschule Freizeitbad Opfikon

AquaFit- und Schwimmkurse
Ifangstrasse 13
8152 Glattbrugg

8 Lektionen à 30 Min. = CHF 128.-

(Begleitperson & Kind)

exkl. Hallenbadeintritt!

Kursdauer:

25. Oktober bis 17. Dezember 2022

Massgebend ist das Alter vom Kind bei Kursbeginn.

Dienstag ab 25. Oktober

Baby 1	ab 4 Monaten	09.00 Uhr
El-Ki	ab 24 Monaten	09.35 Uhr
Baby 2	ab 12 Monaten	10.15 Uhr
Baby 1	ab 4 Monaten	10.50 Uhr

Baby 1	ab 4 Monaten	15.40 Uhr
Baby 2	ab 12 Monaten	16.15 Uhr
El-Ki	ab 24 Monaten	16.50 Uhr
Baby 1	ab 4 Monaten	17.30 Uhr
Baby 2	ab 12 Monaten	18.05 Uhr

Donnerstag ab 27. Oktober

Baby 2	ab 12 Monaten	16.45 Uhr
El-Ki	ab 24 Monaten	17.20 Uhr
Baby 1	ab 4 Monaten	18.00 Uhr
Baby 2	ab 12 Monaten	18.35 Uhr

Samstag ab 29. Oktober

Baby 1	ab 4 Monaten	09.05 Uhr
Baby 2	ab 12 Monaten	09.45 Uhr
El-Ki	ab 24 Monaten	10.20 Uhr
Baby 1	ab 4 Monaten	11.00 Uhr
Baby 2	ab 12 Monaten	11.35 Uhr

Was nehme ich mit:

Schwimmwindel: Sie verhindert, dass die Ausscheidungen Ihres Kindes ins Wasser gelangen. Nehmen Sie sicherheitshalber Ersatz mit.

Wickelunterlage: Verwenden Sie aus hygienischen Gründen Ihre eigene Wickelunterlage.

Bademantel: Er verhindert, dass Ihr Kind zwischen Schwimmbecken, Dusche und Umkleidekabine friert.

Mildes Duschmittel: für das Abduschen nach dem Schwimmen.

Feuchtigkeitsschcreme: Wasser und Chlor können die sensible Haut Ihres Babys austrocknen. Sorgen Sie nach dem Abtrocknen für Feuchtigkeit auf der Babyhaut.

Mütze: Ziehen Sie Ihrem Baby beim Verlassen des Schwimmbades eine Mütze auf.

Stärkung: Schwimmen ist anstrengend und macht hungrig. Stillen Sie Ihr Baby nach dem Schwimmen oder nehmen Sie ein Fläschchen bzw. einen Brei mit.

Anmeldungen und Informationen:
<https://shop.opfikon.ch/de/familienirene.ebner@opfikon.ch>