



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!



7 Lektionen à 30 Min. = CHF 112.-
(Begleitperson & Kind)
exkl. Hallenbadeintritt!

Einstieg jederzeit möglich!
Kursgeld wird ab Einstiegsdatum berechnet.

Kursdauer: 07.03. - 22.04.2023
Kein Training: Ostern, 6. - 10. April 2023 und Samstag, 22. April 2023
Massgebend ist das Alter vom Kind bei Kursbeginn.

Dienstag ab 7. März 2023 Vormittag

Baby 2	ab 12 Monaten	09.30 Uhr
EI-Ki	ab 24 Monaten	10.05 Uhr
Baby 1	ab 4 Monaten	10.45 Uhr

Nachmittag

Baby 2	ab 12 Monaten	16.15 Uhr
EI-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 9. März 2023

EI-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 11. März 2023

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

Schwimmschule Freizeitbad Opfikon

Aquafit- und Schwimmkurse
Ifangstrasse 13
8152 Glattbrugg



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.

Feuchtigkeitscreme: 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>