STADT OPFIKON

Schwimmtraining für Kinder

Schwimmtraining für Kinder

Sport 2, Weiterentwicklung 4-Lagen,

Voraussetzung: Schwimmtest 4 Delfin

Sport 3, Schwimmtraining ohne Wettkämpfe

Voraussetzung: Schwimmtraining Sport 2

Schwimmen ist gesund und richtig gelernt macht Schwimmen Spass!

Wir bieten zwei verschiedene Schwimmtrainings für Kinder an. Richtig gelernt macht Schwimmen Spass und kann als Freizeiterlebnis oder intensiven Ausdauersport ausgeübt werden. Wir sorgen für ein sicheres und effizientes Schwimmen!



Kein Training:
Weihnachten/Neujahr: 14.12.26 - 03.01.27
Sportferien: 22.02. - 07.03.2027
Ostern: 24. - 29.03.2027

Schwimmtraining Sport 2
Weiterentwicklung 4-Lagen
12 Lektionen à 45 Min. = CHF 216.-
exkl. Hallenbadeintritt



Dienstag, 17.10 - 17.55 Uhr, 1. Dezember 2026 - 23. März 2027
Mittwoch, 17.00 - 17.45 Uhr, 2. Dezember 2026 - 31. März 2027

Voraussetzungen: Schwimmtest 4 Delfin oder Erfahrung in vier Lagen (Brust, Crawl, Rücken, Delfin)
Ist dein Kind eine echte Wasserratte? Hat es bereits den Schwimmtest 4 Delfin, im Kinderschwimmen absolviert oder Erfahrungen in vier Lagen gesammelt. In diesen intensiven 45 Minuten steht die Weiterentwicklung der vier Schwimmstile Brust, Crawl, Rücken und Delfin im Zentrum. Es werden Kraft und Ausdauer trainiert, Technik verbessert und Fehler korrigiert.

Children under 10 must be accompanied until the side of the pool (obligatory supervision)!
The accompanying person (who is at least 16 years old) must also pay the regular entrance fee. Access to the pool area in swim or sportswear only!
During the course you are free to watch it or go swimming by yourself.

Kinder unter 10 Jahren müssen ins Bad begleitet werden (Aufsichtspflicht)!
Die Begleitpersonen (mind. 16 Jahre alt) bezahlen ebenfalls den Hallenbad-Eintritt!
Zutritt nur in Bade- oder Sportkleidung!
Sie dürfen in der Kurszeit zuschauen oder selber schwimmen gehen.

Schwimmschule Freizeitbad Opfikon

Aquafit- und Schwimmkurse

Ifangstrasse 13
8152 Glattbrugg

Kursstart: 30.11.2026.

Einstieg jederzeit möglich!
Kursgeld wird ab Einstiegsdatum berechnet.

Schwimmtraining Sport 3
Schwimmtraining ohne Wettkämpfe
12 Lektionen à 45 Min. = CHF 216.-
exkl. Hallenbadeintritt



Mittwoch, 17.50 - 18.35 Uhr, 02.12.2026 - 31.03.2027
Donnerstag, 18.10 - 18.55 Uhr, 03.12.2026 - 01.04.2027

Voraussetzungen: Schwimmtraining Sport 2
Schwimmtraining, ohne Wettkämpfe, konzentriert sich auf die Technik und ganzheitlicher Fitness. Das Ziel ist ein ausgewogenes Training, dass die Koordination, Schnelligkeit, Kraft und Ausdauer fördert. Ein abwechslungsreicher Mix aus Intervalltraining, Kraftausdauer im Wasser und Technikübungen, um die Wasserlage zu verbessern.



Privatlektionen

Schwimmkurse
Anfänger - Fortgeschrittene.
Erwachsene oder Kinder.
30 Min. = CHF 80.-
45 Min. = CHF 110.-
60 Min. = CHF 140.-
Für max. 2 Erwachsene oder 3 Kinder in der gleichen Kurszeit.
Exkl. Hallenbadeintritt!

Anmeldungen und Informationen:
shop.opfikon.ch/de/schwimmtraining
irene.ebner@opfikon.ch