

# Wissenswertes zum Schwimm-Kurs

Im Vordergrund stehen das Erlernen der Brustschwimm-Technik und die Abnahme der Seepferdchen-Prüfung. Mit Spaß und Freude wird Ihrem Kind Sicherheit im Wasser vermittelt, ohne es zu überfordern. Eltern sind während der Kurseinheit nicht anwesend. Individuell kann jedoch im Anschluss die Möglichkeit genutzt werden, eine Stunde das Erlernte mit einem Elternteil zu festigen.

## Die Kurs-Termine

Ihr Schwimmkurs besteht aus zehn Schwimmbad-Terminen mit je zwei Stunden Badaufenthalt. Jede Kurseinheit wird vom Schwimmlehrer begleitet und dauert 45 Minuten.

Die Anleitungstermine sind wie folgt thematisiert:

1. Kurseinheit: Sicherheits- und Baderegeln kindgerecht vermitteln, Übungen zur Wassergewöhnung
2. Kurseinheit: Übungen zur Wassergewöhnung, Beinbewegung der Brustschwimm-Technik mit Schwimmhilfe
3. Kurseinheit: Vertiefung der Beinbewegung
4. Kurseinheit: Übungen zur Tauchvorbereitung, Verfeinerung Beinbewegung
5. Kurseinheit: Übungen Tauchen, Verfeinerung Beinbewegung
6. Kurseinheit: Übungen Tauchen, Einführung Armbewegung mit Schwimmhilfe
7. Kurseinheit: Übungen zum Tauchen, Vertiefung Armbewegung
8. Kurseinheit: Übungen Tauchen, Reduzieren der Schwimmhilfen
9. Kurseinheit: Übungen Tauchen, Schwimmhilfen weiter oder komplett reduzieren
10. Kurseinheit: in Begleitung eines Elternteils, Übungen Tauchen, Übungen ohne Schwimmhilfe, ggf. Seepferdchen abnehmen mit Ausgabe der Urkunde

**Der Kurs kostet 140,00 € und beinhaltet:**

- ☘ einen Info-Abend
- ☘ die Eintritte für zehn Termine für das Kind\* und einen Erwachsenen (\*45 Minuten Kurseinheit + eine Stunde Möglichkeit zur gemeinsamen Festigung des Erlernten)
- ☘ zehn Anleitungsstunden, dreimal wöchentlich, 15:30 oder 16:30 Uhr
- ☘ die Seepferdchen-Gebühr

## SOLEWELT Kontakt

Mitarbeiter/innen SOLE Aktivbad



03695/ 6934-92

[soleaktivbad@solewelt.de](mailto:soleaktivbad@solewelt.de)