

# Bäder Betriebsgesellschaft Kirchhain mbH (gemeinnützig)

---

Liebe Zwergenschwimmer,

wir freuen uns sehr, Sie als Teilnehmer im Donnerstags-Zwergenschwimmkurs, jeweils um 16:45 Uhr, begrüßen zu dürfen.

Bitte seien zu den Kursstunden pünktlich im Phönix Hallenbad (möglichst 15 Minuten vor Kursbeginn). Die Zwergenschwimmer ziehen sich in den Sammelumkleiden der Damen um.

Sollten stolze Väter mit den Kindern alleine kommen, können sich diese im Sanitätsraum umziehen. Bitte sprechen Sie dann vor Ort das Badpersonal an.

Der Kurs wird von Michaela Jaunich geleitet. Sollten Sie an einer Kursstunde nicht teilnehmen können, melden Sie sich bitte am Kurstag spätestens bis um 12 Uhr im Phönix Hallenbad unter der Telefonnummer 0 64 22 – 89 07 10 oder per Mail (hallenbad-kirchhain@t-online.de) ab.

Im Anhang finden Sie alle nötigen Informationen, die Sie für den Kurs benötigen. Falls Sie doch noch weitere Fragen haben, können Sie sich gerne mit mir in Verbindung setzen.

Die Kursgebühr beträgt 45,00 € Überweisungen werden in der 1. Kursstunde mitgegeben. Neben der Kursgebühr ist der Eintritt ins Phönix Hallenbad zusätzlich vor Ort zu entrichten.

Im Phönix Hallenbad wird in der ersten Stunde ein Anmeldeformular ausliegen. Bitte überlegen Sie sich vorab, ob entstandene Kursfotos Ihres Kindes und der Begleitperson auf unserer Homepage und evtl. auf neuen Flyern veröffentlicht werden dürfen.

Wir freuen uns auf Sie und Ihren Zwerg!

Ihr Phönixteam

## INFORMATIONEN FÜR DAS ZWERGENSCHWIMMEN

Das Zwergenschwimmen ist der Schwimmkurs, den Sie mit ihrem Kind im dritten Lebensjahr besuchen können, d.h. ab 2 Jahren. Die Kleinkinder können nun teilweise schon recht gut sprechen. Sie haben Spaß daran, Lieder mitzusingen, kleine Freunde zu treffen und natürlich sich im Wasser zu bewegen

Hier werden lieb gewonnene Rituale aus dem Baby- und Minischwimmen eingesetzt, aber auch neue und altersgerechte Übungen und Spiele kennen gelernt.

Wichtig ist auch in diesem Kurs, dass ein Kind Ängste freiwillig überwinden kann und merkt, dass das Spielen im Wasser großen Spaß macht. Die Kinder werden nie zu etwas gezwungen werden, wovon sie Angst haben oder was sie partout nicht möchten.

Das Zwergenschwimmen findet im Nichtschwimmerbecken des Phönix Hallenbad Kirchhain bei einer Wassertemperatur von ca. 31 Grad Celsius statt.

### VORAUSSETZUNGEN FÜR DAS ZWERGENSCHWIMMEN

- ✓ Mutter/Vater und Kind sind gesund (bei Krankheit und Unwohlsein lieber zu Hause bleiben und die Kursstunde nachholen); es liegen keine ansteckenden Krankheiten vor, z. B. Durchfall
- ✓ Die letzte Impfung liegt einige Tage zurück und das Kind hat sie gut vertragen.
- ✓ Nicht geeignet sind Kinder mit offenen Hautstellen
- ✓ Bei Krankheit bitte bis 12.00 Uhr am Kurstag abmelden! (nur abgemeldete Stunden können im Folgekurs nachgeholt werden)

### MÖGLICHE VORBEREITUNG AUF DAS ZWERGENSCHWIMMEN

Falls ein Kleinkind noch nie im Schwimmbad war:

- ✓ wöchentliches Baden mit Mama, Papa oder den Geschwistern in der Badewanne
- ✓ beim Baden freundliche Atmosphäre schaffen mit angenehmer Wasser- und Zimmertemperatur, Badespielzeug und z. B. Musik
- ✓ bei der Vorbereitung bestimmt das Kind das Tempo, es soll keine Angst vor dem Wasser bekommen
- ✓ Spritzwasser zulassen

- ✓ Ein Familienausflug ins ortsansässige Schwimmbad (macht meistens allen Beteiligten großen Spaß!!!) wird vor Kursbeginn empfohlen, damit das Kind in der 1. Kursstunde von den neuen Eindrücken nicht überrannt wird.

#### INHALTE DES KURSES

- ✓ Kinder- und Schwimmlieder
- ✓ Umgang mit altersgerechten Wasserspielzeugen und Schwimmhilfen
- ✓ Diverse Aktivparcours
- ✓ Spielen mit Eltern und anderen Kindern
- ✓ Vertiefung von Erlerntem (vom Babyschwimmen)
- ✓ Spiel und Spaß im Wasser
- ✓ Psychomotorische Elemente, z.B. Gleichgewichtsübungen auf der Wasseroberfläche

#### WAS IST ZUR KURSSTUNDE MITZUBRINGEN?

Für die Eltern:

- ✓ Badebekleidung der Eltern ( bitte auch an Badeschuhe denken, wegen der Rutschgefahr im Bad)
- ✓ Eintritt

Für das Kind:

- ✓ Evtl. eine Isomatte oder Handtuch als trockene Wickelunterlage am Beckenrand
- ✓ Passende Bade-/Frotteehose und evtl. Schwimmwindel, Badeschuhe (wenn das Kind schon laufen kann), bitte keinen Badeanzug
- ✓ 2-3 Badetücher
- ✓ Socken für das Kind ( zur Überbrückung von zu großen Schwimmflossen)
- ✓ Duschgel nach Bedarf, sowie Öl oder Creme
- ✓ Etwas zu trinken, evtl. etwas zu essen
- ✓ Wickelbedarf
- ✓ Zeit und gute Laune

Wenn möglich, sollte die letzte Mahlzeit des Kindes min. eine halbe Stunde zurück liegen.