

*Im schönen Freibad Duvenstedt:*



Den ganzen Sommer SPASS & SPIEL  
und dabei Schwimmen lernen!

### **WISSENSWERTES FÜR ELTERN UND KINDER (AB 5 JAHREN):**

Die Wochenend-Schwimmkurse beginnen am ersten Wochenende im Juni.

In den Schulferien vom 07.07. – 17.08.2022 finden alle Kurse zwischen 11 und 14 Uhr statt  
dabei unterscheiden wir folgende Gruppen:

1.) Anfänger (Wassergewöhnung)

Für den Seepferdchenkurs müssen diese sechs Grundlagen erfüllt werden:

- Sprung ins schultertiefe Wasser
- Kopf unter Wasser
- Augen auf unter Wasser
- unter Wasser ausatmen
- gleiten im Wasser
- Bauch- und Rückenlage

Wer dies bei der Wassergewöhnung nach drei Stunden nachweist wechselt  
automatisch kostenfrei in den Seepferdchenkurs.

2.) Seepferdchen

3.) Freischwimmer (Bronze)

4.) Fortgeschrittene (Silber und/oder Gold)

### **Kurstermine in den Sommerferien:**

1.) 07.07. - 20.07.2022

2.) 21.07. - 03.08.2022

3.) 04.08. - 17.08.2022

4.) Wochenendkurse ab 04.06.

Zu jedem Termin sind  
mehrere Kursstaffeln möglich.

### **Kosten:**

Jeder Kurs kostet 140 € und beinhaltet 12 Termine.

Neoprenanzüge stehen in begrenzter Anzahl kostenfrei zur Verfügung.

Die Anschaffung eines eigenen Anzuges wird jedoch empfohlen.

Die Begleitung des Kindes während des Kurses ist frei; wer in dieser Zeit schwimmen möchte  
oder danach noch im Freibad bleiben möchte, zahlt den normalen Eintritt.

### **Bitte an die Eltern:**

Pünktliches Erscheinen zum Kursbeginn ist wichtig.

Beim Umziehen ist es hilfreich, wenn die Eltern helfen.

Die erste Stunde findet im Beisein der Eltern statt. Hier wird die Eignung des Kindes beurteilt.

Auch wird hier auf körperliche und gesundheitliche Aspekte (wie z. B. Erkrankung der  
Ohren- oder Atemwege) geachtet. Besonders wertvoll sind Hinweise auf schlechte  
Erfahrungen, die das Kind evtl. im Wasser gemacht hat.

### **KURSE FÜR ERWACHSENE:**

Motto „Besser schwimmen können“

Insgesamt drei Kurse im Juni, Juli und August mit je vier Sonntagen.

### **Info und Anmeldung über:**

Direkt bei der Schwimmschule im Freibad oder über [robby-schwimmschule@hotmail.com](mailto:robby-schwimmschule@hotmail.com).