

Das Bürgerbad Hückeswagen bietet Ihnen ein umfangreiches Schwimmkursangebot in einem Stufensystem für Kinder ab dem 5. Lebensjahr an. Die Durchführung der Kurse erfolgt von erfahrenen SchwimmmeisterInnen, ÜbungsleiterInnen und SportstudentInnen.

Stufe 1: Anfängerschwimmkurs

Ziele sind dabei:

- Abschluss der Wassergewöhnung
- Gleiten
- Erlernen der Schwimmbewegung
- Untertauchen
- Springen aus geringer Höhe

Das Seepferdchen-Abzeichen ist *nicht* vorrangiges Ziel dieses Kurses!

Voraussetzungen :

- Mindestalter : 5 Jahre (bei guter Wassergewöhnung schon ab 4 ½ Jahre)
- Ein gewisses Sozialverhalten sollte vorhanden sein
- Ein gewisses Koordinationsgefühl im Wasser sollte vorhanden sein

Stufe 2: Seepferdchenkurs

Ziele sind dabei:

- Erlangen des Seepferdchenabzeichens durch Training und Verbesserung des Schwimmstils
- Tauchen
- Springen
- Freies, selbständiges Bewegen im Wasser ohne Angst

Voraussetzungen :

- Absolvierter Anfängerkurs
- Schwimmen in geringem Maße

Stufe 3: Fortgeschrittenenkurs

Ziele sind dabei:

- Erlangen des Bronzeabzeichens durch Training und Verbesserung des Schwimmstils
- Einführung des Rückenschwimmens
- Einführung des Flossenschwimmens
- Springen in verschiedenen Formen z.B. Kopfsprung
- Tauchen Kopfwärts

Voraussetzungen :

- Leistungen des Seepferdchenabzeichen sollten jederzeit abrufbar sein

Stufe 4: Silber - Goldkurs

Ziele sind dabei:

- Erlangen des Deutschen Jugendschwimmabzeichens in Silber
- Erlangen des Deutschen Jugendschwimmabzeichens in Gold

Voraussetzungen :

- Bronzeabzeichen und Silberabzeichen

Stufe 5: Gold – Plus Trainingskurs

Ziele sind dabei:

- Verbesserung aller Schwimmstile
- Verbesserung der Kondition , der Schnelligkeit und Ausdauer
- Einführung in das Delfin-Schwimmen

Voraussetzungen :

- Deutsche Jugendschwimmabzeichen in Gold

Erwachsenenschwimmkurs

Auch für Erwachsene jeden Alters bieten wir Schwimmkurse an.

Ziele sind dabei:

- Erlernen der Schwimmbewegung und sicheres Fortbewegen im Wasser

Kaulquappenkurs

Für Kinder von 3 bis 5 Jahren mit den Eltern im Wasser.

In dieser Wasserspielgruppe werden die Kinder mit Spielgeräten motiviert, das Element Wasser besser kennenzulernen.

Sie lernen dabei sich im Wasser zu orientieren, zu Gleiten und zu Tauchen.

Dadurch werden wichtige Grundlagen für ein späteres Erlernen von Schwimmbewegungen gelegt. Die Eltern begleiten die durch den Kursleiter vorgegebenen Bewegungsabläufe.

Ziele sind dabei:

- Gewöhnung der Kinder an das Element „Wasser“
- Abbau von Ängsten
- Selbständiger und vielfältiger Umgang mit dem Wasser soll erlernt werden

Kurszeiten, Dauer, Kosten etc. für alle Kurse erfragen Sie bitte beim Personal oder während unserer Kurs-Hotline Dienstag 09.00 – 11.00 Uhr, Donnerstag

11.00 – 13.00 Uhr und 19.00 – 21.00 Uhr unter

Tel.: 0 21 92 / 93 13 87

www.buergerbad-hueckeswagen.de

info@buergerbad-hueckeswagen.de