

Schwimmkurse

Anfänger-Kurs für Kinder 5 + 6 Jahre

Hier geht es um die Wassergewöhnung und die Heranführung an Tauch- und Springsituationen. In diesem Kurs werden die Grundkenntnisse des Brustarmzuges und Brustbeinschlags mit Schwimmhilfen geübt.

Fortgeschrittenen-Kurs

Grundkenntnisse des Brustschwimmens sind schon vorhanden. Armzug und Beinschlag, sowie auch das Tauchen werden weiter vertieft.

Seepferdchen-Kurs

Einstiegsvoraussetzung für diesen Kurs sind die Kenntnisse und das Können aus dem Anfänger-Kurs. Es wird das Brustschwimmen in 2 m tiefem Wasser geübt. Innerhalb des Kurses werden die Prüfungselemente Springen ins Wasser, 25 m Schwimmen und in schulertiefem Wasser tauchen abgenommen.

Seeräuber-Kurs

Einstiegsvoraussetzung ist eine bestandene Seepferdchen-Prüfung. Aufbauend darauf werden Ausdauer, Technik und Streckentauchen geübt, damit die Prüfungselemente 100 m Schwimmen und 5 m Streckentauchen bestanden werden können.

Bronzeabzeichen-Kurs

Einstiegsvoraussetzung ist eine bestandene Seepferdchen-Prüfung. Es werden die Prüfungselemente der Bronzeprüfung geübt und abgenommen: Dauerschwimmen, Rückenschwimmen, Tieftauchen, Kopfsprung, Paketsprung und Kenntnis der Baderegeln.

Silberabzeichen-Kurs

Einstiegsvoraussetzung ist eine bestandene Bronze-Prüfung. Es werden die Prüfungselemente der Silberprüfung geübt und abgenommen: Dauerschwimmen, Rückenschwimmen, Tieftauchen, Springen aus 3 m Höhe oder 2 verschiedene Sprünge aus 1m Höhe, 10 m Streckentauchen und Kenntnis der Baderegeln.

Bitte beachte, dass die Schwimmhalle nur während des Kurses genutzt werden darf. Vielen Dank für dein Verständnis.

Kursstart 2024

Montag	Kursstart	Startzeit	Kursdauer	Nr.
Fortgeschrittenen-Kurs	09.09.24	15.30 Uhr	10 x 45 Min.	F11-3
Dienstag				
Anfänger-Kurs: 5 + 6 Jahre	10.09.24	15.30 Uhr	10 x 45 Min.	F21-3
Fortgeschrittenen-Kurs	10.09.24	16.30 Uhr	10 x 45 Min.	F22-3
Seepferdchen-Kurs	10.09.24	15.00 Uhr	10 x 45 Min.	F23-3
Seeräuber-Kurs	10.09.24	16.00 Uhr	10 x 45 Min.	F24-3
Bronzeabzeichen-Kurs	10.09.24	17.00 Uhr	10 x 45 Min.	F25-3
Mittwoch				
Seepferdchen-Kurs	11.09.24	15.00 Uhr	10 x 45 Min.	F31-3
Seeräuber-Kurs	11.09.24	16.00 Uhr	10 x 45 Min.	F32-3
Anfänger-Kurs: 5 + 6 Jahre	11.09.24	16.30 Uhr	10 x 45 Min.	F33-3
Bronzeabzeichen-Kurs	11.09.24	17.00 Uhr	10 x 45 Min.	F34-3
Donnerstag				
Seepferdchen-Kurs	12.09.24	15.00 Uhr	10 x 45 Min.	F41-3
Seeräuber-Kurs	12.09.24	16.00 Uhr	10 x 45 Min.	F42-3
Fortgeschrittenen-Kurs	12.09.24	16.30 Uhr	10 x 45 Min.	F43-3
Silberabzeichen-Kurs	12.09.24	17.00 Uhr	10 x 45 Min.	F44-3
Freitag				
Seepferdchen-Kurs	13.09.24	14.00 Uhr	10 x 45 Min.	F51-3

Kurspreis je 95 €

inkl. Urkunde der Schwimmabzeichen-Abnahme
Abzeichen können für 3 € pro Stück erworben werden

Online-Anmeldung ab dem 26.08.24 unter
www.sportparadies.de/kurse-buchen

Schwimmkurse

Schwimmen und Plantschen

Hier ist für jeden etwas dabei!

Du möchtest, dass dein Kind spielerisch an das Wasser gewöhnt wird oder vor dem nächsten Urlaub am Meer schwimmen lernt?

Du hast eine echte „Wasserratte“ zu Hause, die gern für ein Schwimmabzeichen trainieren möchte? Dann buche einen unserer Kurse mit Spaß-Garantie!



SPORT-PARADIES im Arenapark

Adenauerallee 118
45891 Gelsenkirchen
0209 95440
www.sport-paradies.de
f SportParadiesGE
@ sport_paradies

Auf Kurs!

Kursstart
September 2024



Kleinkinderschwimmen – Spaß im Nass!

Babyplantsch 8 bis 12 Monate

Das gemeinsame Erleben und der intensive Körperkontakt festigen die Beziehung zwischen Baby und Eltern und fördern die Bewegungsfreude des Säuglings.

Kleinkinderschwimmen 1 Jahr

Entdecken mit allen Sinnen. Gegenstände werden mit Bedacht ausgewählt und der Aufenthalt im Wasser steigert das Wohlbefinden und die Fähigkeit zur Konzentration.

Kleinkinderschwimmen 2 Jahre

Eigenständiges Erforschen und Experimentieren im Wasser fördern Bewegungsreiz, Koordination und Gleichgewichtssinn.

Kleinkinderschwimmen 3 Jahre

Bewegen und Plantschen – 60 % des Unterrichts bestehen aus Spiel im Wasser. Mit Unterstützung von Schwimmhilfen sind die Kinder in der Lage, sich selbstständig im Wasser zu bewegen.

Vorschul-Schwimmkurs 4 Jahre

Obwohl der Unterricht zum Teil aus spielerischem Gestalten besteht, steht das bewusste Erleben von Wasserauftrieb und Widerstand und das Erlernen der wichtigsten Schwimmtechniken im Vordergrund.

Bei Kindern bis 3 Jahren ist eine Begleitung eines Elternteils im Wasser erforderlich. Für Kinder ab 4 Jahren findet der Kurs ohne Eltern/Begleitperson statt. Die Kinder können, sofern noch notwendig, von den Eltern/Begleitpersonen vor und nach dem Kurs vor Ort umgezogen werden. Die Kursleitung nimmt die Kinder (in Badekleidung) im Umkleidebereich in Empfang und begleitet sie zum Schwimmkurs. Im Anschluss werden die Kinder im Umkleidebereich wieder an die Eltern/Begleitperson übergeben.

Bitte beachte, dass die Schwimmhalle nur während des Kurses genutzt werden darf. Vielen Dank für dein Verständnis.

Kursstart 2024

Montag	Kursstart	Startzeit	Kursdauer	Nr.
Vorschulkinder: 4 Jahre	09.09.24	14.30 Uhr	10 x 45 Min.	D11-3
Vorschulkinder: 4 Jahre	09.09.24	16.30 Uhr	10 x 45 Min.	D12-3
Dienstag				
Kleinkinder: 2 Jahre	10.09.24	10.00 Uhr	10 x 45 Min.	D21-3
Kleinkinder: 1 Jahr	10.09.24	11.00 Uhr	10 x 45 Min.	D22-3
Babys: 8–12 Monate	10.09.24	12.00 Uhr	10 x 45 Min.	D23-3
Vorschulkinder: 4 Jahre	10.09.24	14.30 Uhr	10 x 45 Min.	D24-3
Mittwoch				
Kleinkinder: 3 Jahre	11.09.24	14:30 Uhr	10 x 45 Min.	D31-3
Vorschulkinder: 4 Jahre	11.09.24	15:30 Uhr	10 x 45 Min.	D32-3
Donnerstag				
Kleinkinder: 2 Jahre	12.09.24	14.30 Uhr	10 x 45 Min.	D41-3
Kleinkinder: 3 Jahre	12.09.24	15:30 Uhr	10 x 45 Min.	D42-3
Freitag				
Vorschulkinder: 4 Jahre	13.09.24	13:00 Uhr	10 x 45 Min.	D51-3
Samstag				
Kleinkinder: 1 Jahr	14.09.24	09.30 Uhr	10 x 45 Min.	D61-3
Kleinkinder: 2 Jahre	14.09.24	10.30 Uhr	10 x 45 Min.	D62-3
Kleinkinder: 3 Jahre	14.09.24	11.30 Uhr	10 x 45 Min.	D63-3

Kurspreis je 95 €

Online-Anmeldung ab dem 26.08.24 unter www.sportparadies.de/kurse-buchen



Es gelten die Teilnahmebedingungen der Aqua- und Schwimmkurse des SPORT-PARADIES Gelsenkirchen www.sport-paradies.de.

Viel Spaß!