



Kid & me II (3 – ~4,5 Jahre)

Spielerisches Ausprobieren aller Schwimmstile

Im ersten Schritt soll das Schwimmen wie ein Delfin gefestigt werden. Das heißt, Ihr Kind bewältigt längere Distanzen zumeist unter Wasser. Es kommt nur zum Luftholen kurz über Wasser. Wir lernen gemeinsam den Kopf ohne Angst, step by step, unterzutauchen und dazu die richtige Atmung anzuwenden. Übungen, wie nach Ringen zu tauchen oder durch einen Reifen zu gleiten, werden durchgeführt. Die Grundlagen des Schwimmens – das Gleiten und Schweben – werden gefestigt. Aufbauend werden Übungen der einzelnen Schwimmstile spielerisch nähergebracht. Wie ein Seestern im Wasser zu treiben und dabei entspannen zeigt das mittlerweile gewonnene Vertrauen zum Wasser. Darüber hinaus lehre ich die wichtigsten Baderegeln. In dieser Einheit soll der Grundstein für das künftige richtige Erlernen aller Schwimmstile gelegt werden.

Kursgebühr:

€ 129,-- für 7 Einheiten á 40 Minuten

Der Eintritt in das Bad ist für eine Begleitperson und das Kind für die Dauer des Kurses inkludiert.

Wassertemperatur: 32 Grad



Kurs	Uhrzeit	Alter	Kurstag	Kurseinheiten
Baby & me I	08:30 – 09:10 Uhr	10 Wochen – 6. Monat	Samstag	7 UE
Baby & me II	09:15 – 09:55 Uhr	7. Monat – 12. Monat	Samstag	7 UE
Baby & me III	10:05 – 10:45 Uhr	13. Monat – 18. Monat	Samstag	7 UE
Kid & me I	10:50 – 11:30 Uhr	1,5 Jahre – 3 Jahre	Samstag	7 UE
Kid & me II	11:40 – 12:20 Uhr	3 Jahre – ~4,5 Jahre	Samstag	7 UE

Alle Infos zur Anmeldung und den Kursstarts:

www.safetyswim.at

schwimmschule-gerasdorf@safetyswim.at

+43 (664) 312 75 00

Änderungen bei Kursgebühr, Kurszeiten und Alterseinteilung vorbehalten!



Baby- und Kleinkindschwimmen

Großfeldsiedlungsbad – Leopoldau
1210 Wien, Oswald-Redlich-Strasse 44

Fotocredit: Michaela Filip Watersportphotos

www.SafetySwim.at

Vom bewegt werden zum selber bewegen

Wasser ist unseren Babys schon vor der Geburt vertraut. Ermöglichen Sie Ihrem Kind somit das vertraute Element Wasser zu genießen und es in weiterer Folge alleine zu bewältigen.

Ich verfolge in meinen Baby- und Kleinkindschwimmkursen ein neuartiges Unterrichtskonzept. Gefühle, wie Vertrauen und Geborgenheit, werden hier besonders angesprochen. Sie als Eltern lernen mit speziellen Techniken Ihr Kind bestmöglich im Wasser zu begleiten. Der Unterricht passt sich den Entwicklungsschritten Ihres Kindes an und fördert es spielerisch sowie altersentsprechend. Der enge Eltern-Kind-Kontakt unterstützt die geistige und emotionale Entwicklung, die Interaktion mit anderen Eltern und Kindern forciert die soziale Kompetenz.

Es ist wichtig, gerade in den ersten Lebensjahren viele Bewegungserfahrungen anzubieten. Mit spielerischen Übungen wird die Muskulatur gestärkt sowie die Motorik gefördert. Kinder, die früh mit Wasser vertraut gemacht werden, lernen später schneller die richtigen Techniken aller Schwimmstile. Mit zunehmendem Alter lernen die Kinder mit diversen Schwimmhilfen selbstständig umzugehen – letztendlich legen sie sogar große Distanzen unter Wasser alleine zurück. Sie kommen nur zum Luftholen, wie die Delfine, kurz über Wasser.

Gemeinsam genießen wir die Zeit im Wasser – wir singen, spielen, lachen und lernen.

Neben all den tollen Erfahrungen ist der Umgang mit dem Element Wasser eine sinnvolle Unfallprävention. Zudem leisten wir einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförderung.

Baby & me I (10 Wochen - 6 Monate) Vertrautes Element Wasser genießen

Durch innigen Hautkontakt schenken Sie Ihrem Kind Geborgenheit. Die Zweisamkeit hilft Ihrem Kind sich im großen Wasser wohlfühlen und die neue Umgebung anzunehmen. Ich zeige Ihnen die richtigen Haltegriffe in Bauch- und Rückenlage, die Tragfähigkeit des Wassers zu nutzen wird dabei langsam nähergebracht. Zur Unterstützung dieser Übungen kommen hier Schwimmmatten bzw. Schwimmscheiben zum Einsatz. Dies führt zur ersten Fortbewegungsform, die Ihr Baby alleine bewältigen kann – das Treiben am Rücken. Manche schaffen dies sogar ohne Schwimmhilfen, was als selbstständiges Backfloaten bezeichnet wird. Eine tolle Erfahrung für die ganze Familie.



Baby & me II (7 - 12 Monate) Bewegungsfreiheit im Wasser erfahren

Dieser Kurs enthält spielerische Übungen mit denen der Gleichgewichtssinn sowie der Bewegungsapparat Ihres Babys trainiert wird. Mit Liedern und lustigen Spielen werden die neu gewonnenen motorischen Fähigkeiten (wie robben, krabbeln, in den Sitz aufrichten) positiv unterstützt. Die Eigenaktivität nimmt im Wasser rasant zu. Sie können die ersten Bewegungen in Richtung „selbstständiges Laufen“ feststellen. Mit viel Freude können Sie Ihrem, mit Schwimmscheiben gesicherten, Baby beim Hinterherjagen von Bällen zusehen.

Baby & me III (13 - 18 Monate) Selbstständige Nutzung von Schwimmhilfen

Durch den Einsatz von Schwimmhilfen wird das Bewegungsbedürfnis Ihres Kindes angespornt und die Motivation zur Bewegung voll ausgeschöpft. Spielerisch werden dem Kind Schwimmbretter, Matten, Schwimnudeln oder ähnliches näher gebracht. Geschickt transportiert es verschiedenste Spielsachen quer durch das Becken. Das selbstständige Festhalten am Beckenrand bzw. an diversen Schwimmhilfen wird forciert. Schwimmen in der Gruppe mit Gleichaltrigen stärkt die soziale Kompetenz und den Selbstwert. Zudem werden Sie feststellen, wie wichtig das Loben ab diesem Alter ist.

Kid & me I (1,5 - 3 Jahre) Freies Backfloaten (Selbststrettung)

Es ist mir ein besonderes Anliegen, Ihrem Kind einfache Verhaltensregeln beizubringen. Zum Beispiel was zu tun ist, wenn es ins Wasser fällt. Dazu gehört u.a. auch die Tragkraft des Wassers zu nutzen (sich im Wasser treiben zu lassen). Gemeinsam spielen und experimentieren Sie mit Ihrem Kind mit und ohne Schwimmhilfen und erkunden die physikalischen Eigenschaften des Wassers. Die Schwimmscheiben werden immer weiter reduziert und das freie Schwimmen wie Delfine (Tauchen bis zum Luftholen) wird versucht. Springen vom Beckenrand oder von Matten mit „Untergehen“ werden zur Selbstverständlichkeit. Die Gruppendynamik unterstützt hier maßgeblich. Wichtig ist nun auch, die Kinder in die "richtige" Schwimmlage zu bekommen. Tauchspiele werden intensiviert.

