



Babyschwimmkurs

Teilnehmen dürfen gesunde Säuglinge im Alter von 3-15 Monaten mit ihren Eltern bzw. Großeltern. Das Einverständnis des jeweiligen Kinderarztes sollte vorliegen. Die sehr frühzeitige Anregung zur Bewegung im Wasser wirkt sich positiv auf die vielen noch zu entwickelnden Fähigkeiten des Kindes aus. Selbst wenn Kinder schon krabbeln können, vergrößert sich der Aktionsradius wesentlich mehr als bei Gleichaltrigen, die nicht zum Babyschwimmen kommen. Nebenbei wird die Eltern-Kind-Beziehung intensiviert.

**Eltern und Kind erleben:
Halt geben und gehalten werden.**

Weitere Ziele des Babyschwimmens sind unter anderem die Kräftigung und Lockerung der Muskulatur, Ausprägung des Gleichgewichtssinns, Steigerung des Herz-Kreislauf-Systems, Vorbeugung von Haltungsschäden, Verbesserung der Haut- und Lungenfunktion, Kräftigung der Atemmuskulatur, erhöhte Sozialentwicklung sowie Abhärtung durch den entstehenden Kältereiz auf der Haut, dadurch werden die Babys widerstandsfähiger gegen Krankheiten.

Die Säuglinge erlernen aber nicht das Schwimmen!
Zum Erlernen des Schwimmens bieten wir Seepferdchen Kurse für Kinder ab 5 Jahre an.

So können Sie Ihr Kind auf das Babyschwimmen vorbereiten:
die Badewassertemperatur nach und nach auf 32°C senken. Das Kind nach dem Baden mit einem kühleren Waschlappen vorsichtig abreiben, das härtet gut ab. Erst in der Babybadewanne und später in der großen Badewanne zusammen mit einem Elternteil baden. Dann fällt die räumliche Umstellung zum Schwimmbad etwas leichter.

Mitzubringen sind genügend Handtücher, ein eng anliegendes Badehöschen und Essen bzw. Trinken für die Kleinen, denn Schwimmen macht hungrig!

5 Stunden jeweils samstags 9.00 - 10.00 Uhr 55,00 €

Anmeldung und Information beim

NetteBad Team 02157/875878

www.nette-bad.de

