

Informationen zur Baby- und Kleinstkind-Wassergewöhnung (Babyschwimmen)

Eigentlich hat die von uns angebotene Baby- und Kleinstkind-Wassergewöhnung nichts mit „Babyschwimmen“ zu tun, denn das Schwimmen wird Ihr Kind in diesem Kurs nicht erlernen. Vielmehr wird es in diesem Kurs bei einer frühzeitigen und kontinuierlichen Teilnahme auf das „Schwimmen lernen“ vorbereitet. Darüber hinaus fördern die vielfältigen Bewegungsanreize im Wasser die Gesamtentwicklung Ihres Kindes optimal.

In diesem Kurs sind Sie als Eltern die Partner der Kursleiter, die deren Informationen umsetzen sollen. Sie entscheiden selbst, welche Übungen Sie machen. Die Wassertemperatur im Lehrschwimmbecken beträgt an diesen Kurszeiten zwischen 32 °C und 34 °C.

Um Ihr Kind nicht aus seinem Tagesrhythmus herauszureißen, werden keine festen Anfangs- und Endzeiten festgelegt, sondern es steht ein Zeitraum zur Verfügung, in dem Sie mit Ihrem Kind kommen können. Die Kurse werden als sog. „offene Kurse“ durchgeführt. Sie müssen sich nicht anmelden oder für mehrere Kurseinheiten im Voraus bezahlen. Diese Kursgebühr ist nur jeweils an diesem Tag zu entrichten, wenn Sie den Kurs auch besuchen. Ist Ihr Kind einmal krank, entstehen Ihnen keine Kosten.

Kurszeiten: **Mittwoch 09:00 Uhr – 11:00 Uhr**
 Donnerstag 14:00 Uhr – 16:00 Uhr

Kursgebühr: **2,00 € (zusätzlich zum Eintritt)**

Und nun noch ein paar Antworten auf die wichtigsten Fragen:

Ab welchem Alter kann mein Kind an der Baby-Wassergewöhnung teilnehmen?

Das günstigste Alter um mit der Baby-Wassergewöhnung zu beginnen, liegt bei 3 bis 6 Monaten.

Welche Voraussetzungen muss mein Kind haben?

Befragen Sie vor dem Baby-Wassergewöhnungskurs am Besten Ihren Kinderarzt, ob Ihr Kind grundsätzlich für die Wassergewöhnung geeignet ist. Das Kind soll eine altersgerechte Entwicklung haben. Zumindest muss es den Kopf heben und halten können und der Schluck- Husten- und Niesreflex muss vorhanden sein. In einem Kurs kommen viele Kinder zusammen, deshalb sollten die empfohlenen Impfungen durchgeführt werden.

Grundsätzliches

Bevor Sie zu unserem „Babyschwimmkurs“ gehen, sollten Sie Ihr Baby gut darauf vorbereiten. Am einfachsten ist es, Sie nehmen Ihr Baby erst einmal zu Ihnen in die Badewanne mit der gewohnten Temperatur (empfohlen: 37 °C). Nachdem es sich an die „große Wanne“ gewöhnt hat, beginnen Sie die Temperatur des Wassers langsam zu senken. Bei jedem Bad ca. um je 1 Grad bis auf 32 °C bis 34 °C. Nehmen Sie auch gleich Spielzeug mit in die Wanne, z. B. ein Entchen. Dieses Spielzeug nehmen Sie dann am Besten auch mit zu den ersten Babyschwimmkursen.

Bei einer Temperatur von 32 °C bis 34 °C genießen die Babys den Aufenthalt im Wasser und bewegen sich intensiv. Bei einer zu niedrigen Temperatur beginnen die Babys zu frieren, klammern und bewegen sich kaum noch. Viele fangen an zu schreien und man muss das Bad vorzeitig abbrechen. Außerdem besteht die Gefahr, dass sich der Säugling erkältet. Wenn es los geht, sollten die Babys für die anstrengenden Übungen ausgeschlafen sein. Sie sollten auch etwa eine Stunde davor gestillt worden sein oder das Fläschchen bekommen haben.

Wichtig:

Die Kinder bitte vor dem Kurs nicht eincremen, da sonst die Gefahr besteht, dass das Kind im Wasser aus der Hand rutscht. Sinnvoll ist es, die Badetasche einen Tag vorher zu packen, damit Sie im letzten Moment nichts vergessen und kein Stress entsteht. Es ist wichtig, dass Sie ausgeglichen zum Kurs erscheinen, da sich sonst eventuell die Aufregung von Ihnen auf das Baby überträgt. Nehmen Sie sich deshalb auch ausreichend Zeit für den Aufenthalt im Schwimmbad.

Was ist zu den Kursstunden mitzubringen?

- Badebekleidung für sich selbst (Sie sind mit im Wasser)
- Ein Badehöschen oder eine Schwimmwindel für das Kind (an den Beinen eng abschließend)
- Ein großes Badelaken oder einen Bademantel
- Eine Wickelunterlage (Decke, Handtuch o.ä.)
- Babyseife oder Shampoo
- Lieblingwasserspielzeug
- Creme/Tücher etc.
- Ersatzwindeln
- Mützchen und warme Kleidung für danach
- Nahrung/Trinkflasche (keine Glasflaschen)
- Babytrage

