

Vorbereiten des Schwimmbadaufenthalts

Bevor Sie einen Kurs besuchen, können Sie durch gemeinsames Baden zuhause und allmähliches Senken der Badetemperatur von 37° auf 32° ihr Kind an die ca. 31° Wassertemperatur im Schwimmbad gewöhnen. Fragen Sie bitte Ihren Kinderarzt, ob ihr Kind aus medizinischer Sicht am Schwimmen teilnehmen kann. Bei fiebrigen und/oder ansteckenden Erkrankungen des Kindes, offenen Hautwunden oder -erkrankungen ist zu dieser Zeit die Teilnahme am Kurs nicht möglich (auch bei Ohren-/Augenentzündungen, Durfall/ Magen-Darm-Erkrankungen).

- Die letzte Mahlzeit sollte dem Kind ca. 0,5 h vor Kursbeginn verabreicht werden
- Nach einem Impftermin sollte eine Schwimmpause von min. 48h eingehalten werden
- Säuglinge / Kleinkinder tragen bitte eine Schwimmwindel (im Handel erhältlich), die an Bein- und Bauchbündchen fest anschließt, jedoch nicht die Bewegung einschränkt.
- Zur Fußhygiene und um Stürze zu vermeiden, sollten die Eltern/ Begleitpersonen beim Laufen außerhalb vom Schwimmbecken Badeschuhe tragen. Wer möchte darf seinem Kind auch gerne Socken (frische, nicht vorher getragene) tragen lassen, damit auch das Kind nicht ausrutschen kann.
- Die Auszieh- und Duschzeit sollte großzügig bemessen sein; Hektik und Streß übertragen sich auf das Kind
- Bitte keinen Schmuck tragen, sowohl die Kinder, als auch die Begleitperson – Verletzungsgefahr!
- Die Säuglinge nur auf dem eigenen Handtuch wickeln. Bitte bringen Sie eine frische Windel für das Wickeln nach dem Kurs mit. Bodennahe Wickelmöglichkeiten sind vor Ort gegeben.
- Das Kind vor dem Baden bitte nicht eincremen. Die Griffsicherheit wird dadurch deutlich eingeschränkt.
- Vor und nach dem Wasseraufenthalt sollten Säuglinge / Kleinkinder und Eltern den Körper reinigen. Nehmen Sie sich einen Bademantel oder ein großes Handtuch mit, um nicht auszukühlen. Es sind keine Haartrockner vorhanden, deswegen ist es ratsam einen mitzubringen.

- Die Bewegung im Wasser macht die Säuglinge / Kinder hungrig, deshalb ist es gut sie danach zu stillen bzw. ihnen ein warmes Getränk zu geben.
- Zum guten Schluss denken Sie daran, vor dem Verlassen des Schwimmbades, die Haare und Ohren zu trocknen und den Kopf des Säuglings/ Kleinkindes zu bedecken.
- Der Umkleidebereich steht Ihnen ca. 10/15 min. vor Kursbeginn zur Verfügung. Spinde sind vorhanden
- Da leider sehr wenig Parkmöglichkeiten vorhanden sind, bitte ich Sie den Parkplatz am Europaplatz zu nutzen oder am Straßenrand mögliche Parkmöglichkeiten zu nutzen.
- Generell gehen alle Eltern/ Betreuungspersonen mit ins Wasser, es sei denn die Kursleitung hat es anders angeordnet