



Informationen zum Babyschwimmen

Liebe Eltern,

schön dass Sie sich zum Babyschwimmen angemeldet haben. Vorab noch ein paar wichtige Informationen:

Kursort:

Der Kurs findet im Schwimmbad des Lubinus Clinicums, Steenbeker Weg 25, 24106 Kiel statt.

Dort sind die optimalen Voraussetzungen für das Babyschwimmen gegeben:

- die Wassertemperatur zwischen 33° C und 35° C
- mehrere Duschen
- Treppe ins Schwimmbad
- Wickelmöglichkeiten für die Babys
- Umkleidemöglichkeiten für die Eltern

Benötigt wird lediglich ein Schloss, das Sie jedes Mal selbst mitbringen müssen, um Ihre Sachen abschließen zu können.

Teilnehmende Personen sollten...

- gesund sein (frei von ansteckenden Infekten, Durchfall, Fieber, offenen Wunden)
- möglichst keinen Schmuck tragen
- möglichst Badeschuhe tragen (Rutschgefahr!)

Die Babys sollten...

- mindestens 3 Monate alt sein
- gesund sein (frei von ansteckenden Infekten, offenen Wunden, keine Ohrenprobleme, keine auffallenden Organstörungen)
- nach Impfungen 3 Tage pausieren
- ein Mindestgewicht von 4,5 bis 5 kg haben
- möglichst satt und wach sein
- ca. eine Stunde Abstand zu der letzten Mahlzeit haben
- eine gut am Bein und Bund abschließende Hose oder eine Schwimmwindel tragen
- möglichst den Kopf kontrollieren können
- möglichst an die Vorübungen* gewöhnt sein
- wenn sie schon Laufkinder sind Stoppsocken tragen (Rutschgefahr!)

*Als Vorübung für Zuhause können Sie während des Badens das Kind mit der Handbrause abduschen bzw. auch einmal das Baby mit unter die Dusche nehmen. Achten Sie am Anfang jedoch darauf, dass das Kind nicht sofort den vollen Wasserstrahl über den Kopf bekommt, sondern fangen Sie behutsam an und werden schrittweise mutiger. Ansonsten können Sie während des Badens das Wasser laufen lassen, aus dem Hahn oder der Dusche oder ihr Kind mit ins Bad nehmen, wenn Sie sich Duschen, um das Kind an die Wassergeräusche zu gewöhnen.

Viel Spaß beim Babyschwimmen wünscht Ihnen

Britt Wandschneider, Kursleiterin Babyschwimmen beim SV Delphin