



## Seepferdchen-Kurs

Voraussetzung für diesen Kurs ist ein Mindestalter von 5 Jahren.

Um bereits in diesem frühen Alter das Schwimmenlernen möglich zu machen, muss das teilnehmende Kind bereits wassergewöhnt sein, d.h. unser Schwimmkurs sollte nicht der erste Kontakt des Kindes mit dem Element Wasser sein. Das Kind sollte schon ohne Angst den Kopf unter Wasser tauchen und ohne Probleme duschen gehen können. Wichtig ist in diesem Zusammenhang auch, dass es sozial schon in der Lage ist auch ohne das Beisein der Eltern, sich unseren Trainern/innen anzuvertrauen.

Als Vorbereitung zu unseren Seepferdchenkursen ist die vorherige Teilnahme am Babyschwimmen, das über die Fitnessabteilung der SG Weiterstadt angeboten wird, empfehlenswert. Nähere Informationen zum Babyschwimmen erhalten Sie über unserer Homepage  
([www.sgwtest.de/index.php/kinderkurse](http://www.sgwtest.de/index.php/kinderkurse))

Ziel des Kurses ist es, dass die Kinder das Element Wasser besser kennen lernen und sich im Wasser wohl fühlen. Die Kinder sollen lernen, dass es viel Spaß macht, wenn man sich im und unter Wasser bewegen kann. Die Neugier soll geweckt und die Angst vor dem Wasser genommen werden, ohne den Respekt davor zu verlieren. Des Weiteren sollen die Kinder bei uns technisch sauberes Schwimmen erlernen.

Die Übungen bestehen aus Schweben, Gleiten, Springen und selbständigem Fortbewegen über und unter Wasser. Schwimmbewegungen werden spielerisch erarbeitet und geübt.

### Kursziele:

Oberstes Kursziel ist das sichere Bewegen im Wasser, nicht unbedingt das Erreichen des Seepferdchen-Abzeichens am Ende eines Kurses. Wenngleich auch viele Kinder die Seepferdchen-Prüfung während des Kurses mit Erfolg ablegen, so gibt es auch immer wieder Kinder, denen dies nicht gelingt. Das kann u.a. an der Konstitution, Kraft und Ausdauer des Kindes liegen, ist aber keinesfalls als Misserfolg zu bewerten, da auch diese Kinder während des Kurses viele neue Erfahrungen mit dem Element Wasser gemacht und jede Menge Spaß gehabt haben.



Sollte das Kind vom Schwimmniveau weit genug sein, werden die Trainer vorschlagen, die Seepferdchen-Prüfung zu versuchen. Diese umfasst:

- Sprung vom Beckenrand
- 25m Schwimmen
- Heraufholen eines Gegenstandes aus schulertiefem Wasser

Nach bestandener Prüfung erhält jedes Kind eine Urkunde und das Seepferdchen-Abzeichen.

Hierfür fallen EUR 5,00 separat an, die **nicht** in unserer Kursgebühr enthalten sind und auch nur anfallen, wenn das Kind die Prüfung bestanden hat.

#### Was muss mein Kind zu dem Kurs mit ins Schwimmbad bringen?

Für die Teilnahme an diesem Kurs benötigt ihr Kind eine Badehose/Badeanzug. Des Weiteren empfehlen wir das Tragen einer Badekappe, die dem Auskühlen des Körpers entgegenwirkt. Badeschlappen sind wegen des Risikos von Fußpilz ratsam, ebenso Duschgel/Seife zur Körperreinigung.

Sollten Sie an Vereinsbadebekleidung oder Badekappen mit dem Logo der SG Weiterstadt interessiert sein, so erhalten Sie hierzu weitere Informationen über die Rubrik „**Vereinsbekleidung**“ auf unserer Homepage.

([www.sg-weiterstadt.de/schwimmen/service\\_vereinsbekleidung.html](http://www.sg-weiterstadt.de/schwimmen/service_vereinsbekleidung.html))

#### Was kommt nach dem Kurs?

Im Anschluss an diesen Kurs hat Ihr Kind je nach Können die Möglichkeit, einen Freischwimmerkurs (Bronze) bei uns zu besuchen. Weitere Informationen zu diesem Kurs erhalten Sie auf unserer Homepage unter der Rubrik „**Schwimmschule**“.

([www.sg-weiterstadt.de/schwimmen/schwimmschule\\_bronze.html](http://www.sg-weiterstadt.de/schwimmen/schwimmschule_bronze.html))

#### Wie melde ich mich an?

Die Anmeldung zu unseren Schwimmkursen erfolgt ausschließlich über das „**Online-Formular**“ auf unserer Homepage.

([www.sg-weiterstadt.de/schwimmen/schwimmschule\\_anmeldung.html](http://www.sg-weiterstadt.de/schwimmen/schwimmschule_anmeldung.html))

Bei Fragen kontaktieren Sie uns bitte über unser „**Kontaktformular**“.

([www.sg-weiterstadt.de/schwimmen/service\\_kontakt.html](http://www.sg-weiterstadt.de/schwimmen/service_kontakt.html))