



Spielregeln Schwimmsportschule Gelterkinden

Liebe Eltern, liebe SchwimmerInnen

Bitte lesen Sie die folgenden Spielregeln der Schwimmsportschule Gelterkinden aufmerksam durch.

Schwimmkleider, Schwimmbrille

Die Badehose/- Kleid sollen bequem und körpernah sein und aus einem leichten und schnell trocknenden Material hergestellt sein. Das Badetuch soll möglichst gross sein, um den Körper warm zu halten. **Kinder mit langen Haaren sollen diese zusammenbinden oder eine Badekappe benutzen (bitte bereits in der Garderobe anziehen).**

Die Schwimmbrillen sind in unserer Schwimmsportschule erst ab dem dritten Kurs (Level 3) erlaubt, denn das Schwimmen und Tauchen mit geöffneten Augen ist für das erfolgreiche Schwimmen lernen wichtig.

Kein Schmuck

Alle Halsketten und Halsbänder sind im Wasser lebensgefährlich und deshalb verboten. Ebenso sollen Ohrringe für den Schwimmunterricht abgezogen werden.

Körperpflege

Vor dem Schwimmunterricht wird geduscht. Nach dem Schwimmen werden Haarshampoo und Seife benutzt. Die Ohren sollen mit klarem Wasser abgewaschen und anschliessend zusammen mit den Haaren getrocknet werden.

Essen und Trinken

Der Schwimmkurs soll nicht mit leerem Magen besucht werden. Weiter ist es empfehlenswert, 1½ h vor dem Kurs die letzte grosse Mahlzeit einzunehmen. Im Schwimmbad ist das Essen untersagt. Kaugummis sind verboten. Nach dem Schwimmen ist ein leichtes Essen empfohlen.

Schwimmsachen einpacken

Die Schwimmsachen packt man am besten schon am Vorabend ein. Dabei helfen die Kinder mit, um dies eines Tages alleine zu können.

Verhalten im Schwimmbad

Im Schwimmbad verhält man sich angemessen. In den Umkleieräumen bleibt man ruhig und legt die Kleider zusammen. Wenn möglich schliesst man die Kleider ein, dabei helfen die Eltern. Die Toiletten befinden sich in den Umkleieräumen. Vor dem Schwimmkurs sollte man nochmals auf die Toilette gehen. Die Kinder können während dem Kurs nicht auf die Toilette begleitet werden.

In der Schwimmhalle lernen die Kinder den Schwimmlehrer oder die Schwimmlehrerin kennen. Es wird den Kindern erklärt, was sie alles beachten müssen und was erlaubt ist. Die Nutzungsbedingungen des Schwimmbads Gelterkinden gelten selbstverständlich für alle.

Ablauf der Schwimmstunde

Die Kinder werden von der Schwimmlehrerin oder vom Schwimmlehrer bei der Galerie nach dem Duschen abgeholt. Dann erfolgt ein kurzes Aufwärmen am Beckenrand. Jedes Kind bekommt während dem Kurs passende Schwimmhilfen für den Unterricht.

Wichtige Spielregeln

- **Ins Wasser geht man nur, wenn dies vom Schwimmlehrer/In ausdrücklich erlaubt wurde.**
- **Für das Hineinspringen ins Wasser muss immer ein freier Platz im Wasser sein**
- **Stossen der anderen Schwimmer ins Wasser ist gefährlich und verboten**
- **Die Schwimmhilfen dürfen nur von der Schwimmlehrerin/ -lehrer abgenommen werden**
- **Rennen ist wegen der Ausrutschgefahr auf dem nassen Boden verboten**

Eltern

Das Schwimmbad darf nicht in Strassenkleidern betreten werden. Es ist erlaubt, die Kinder ohne Eintritt bis zu den Duschen zu begleiten und sie dann den Schwimmlehrpersonen zu übergeben. Falls dies bei Ihrem Kind nicht funktioniert, muss ein Eintritt bezahlt werden. Wer also während den Schwimmlektionen im Hallenbad bleiben will, muss zusätzlich auch einen Eintritt zahlen.

Wir empfehlen Ihnen aber, dem Schwimmunterricht fern zu bleiben, da so die Kinder konzentrierter sind und schneller Fortschritte machen können.

Es besteht die Möglichkeit, im Bistro den Schwimmunterricht zu beobachten und etwas zu konsumieren.

Anreise

Anreise mit dem Auto: Parkplätze sind vor dem Hallen-Freibad Gelterkinden genügend vorhanden

Anreise mit dem ÖV: Fussweg von der Bushaltestelle ca. 2 Minuten.

Wir danken Ihnen für die aktive Unterstützung Ihres Kindes während dem Schwimmunterricht und freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit.

Im Namen der Schwimmsportschule und Schwimmklub Gelterkinden

Stefanie Elliker und Sara Bader

Leitung Schwimmsportschule Gelterkinden