



Ihr Kristall-Team freut sich auf Ihre Anmeldung und Ihren Besuch!



Auf Anfrage führen wir auch Erwachsenen-Schwimmkurse durch



Ferner bietet Ihnen unser Haus:

- Aqua-Fitness-Kurse
- 4 x täglich kostenlose Wassergymnastik
- Täglich bis zu 15 verschiedene Spezial-Aufgüsse
- Verschiedene Verwöhnpakete
- 2 x jährlich Kristall Fit- und Vitalwoche und vieles mehr



Wir bieten Ihnen und Ihren Kindern:

- Fachkompetenz
- Spaß
- Betreuung

Anmeldungen bitte an:

Kristall „Heiße Brocken“ Altenau GmbH

Karl-Reinecke-Weg 35 · 38707 Altenau

Telefon: 0 53 28/9 11 57-0

Telefax: 0 53 28/9 11 57-33

www.kristalltherme-altenau.de
info@kristalltherme-altenau.de

(persönlich direkt im Kassenbereich, schriftlich, telefonisch, per Fax oder E-Mail)

Kinder-Schwimmkurse



Von der Babywassergewöhnung bis zum „Seepferdchen“



**Kristall
„Heiße Brocken“
Altenau**



Kaulquappen-Kurs

Ziel und Zweck?

- Stimulation durch Spaß am Wasser
- Angstabbau bei Kindern und Eltern
- Der enge Körperkontakt des Babys zu den Eltern oder Bezugspersonen
- Die Kommunikation der Babys untereinander
- Kräftigung des Bindegewebes, der Nackenmuskulatur und der Lungen, dadurch bessere Durchblutung und stabileres Immunsystem
- Das Erlernen verschiedener Haltegriffe, die dem Baby Sicherheit geben und gleichzeitig einen möglichst großen Bewegungsspielraum lassen

Wo?

- In unseren Thermalsole-Becken mit einer Wassertemperatur von 33 °C und einer Wassertiefe von 1,35 m

Voraussetzungen?

Baby

- Ab dem 3. bis 24. Lebensmonat können alle Babys teilnehmen, vorausgesetzt sie haben keinen Infekt und die Nasenatmung ist nicht behindert
- Das Baby sollte altersgemäß entwickelt sein, es sollte den Kopf heben und halten können

Eltern

- Eltern, die ihr Baby begleiten, sollten sich sicher im brusttiefen Wasser bewegen können
- Selbst schwimmen zu können ist keine Grundnotwendigkeit, hilft aber, denn eventuelle Unsicherheiten im Wasser könnten sich auf das Kind übertragen

Wann / Welcher Preis?

- Dienstag von 9:00 bis 11:00 Uhr
- 8 Einheiten à max. 45 Minuten, 2 x monatlich (mit Voranmeldung)
- Komplettpreis: 60,00 € inkl. Eintritt für 2 Stunden für Therme und Schwimmkurs, inkl. Umziehen für 1 Erwachsenen und 1 Baby
- Exklusiv für Sie und Ihr Baby ist nach dem Schwimmen ein Baby-saunagang in unserer Kräuter-Mistel-Sauna inbegriffen (textilfrei)
- Mindestteilnehmerzahl: 5 Babys pro Kurs

Mitzubringen sind bitte:

- Aquawindel, ausreichend Handtücher
- **Keine** Schwimmhilfen/Schwimmflügel



Frösche-Kurs

Ziel und Zweck?

- Dieser Kurs ist für alle Kinder ab ca. 2 Jahren geeignet
- Er dient der Wassergewöhnung und Grundlagenbildung des Schwimmens. Somit ist der Kurs als Vorstufe des eigentlichen Schwimmunterrichts zu verstehen

Alle Vorteile auf einen Blick:

- Der Kurs wird von unseren ausgebildeten Schwimmlehrern gehalten
- Kostenlose Benutzung aller Unterrichtsmaterialien und Geräte
- Kleine überschaubare Gruppen (ca. 10 Kinder), dadurch ist eine individuelle und persönliche Förderung der Kinder gewährleistet

Wo?

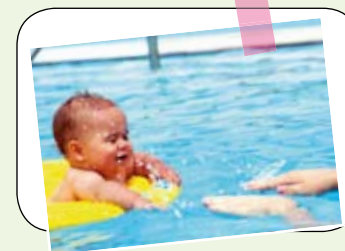
- In unseren Thermalsole-Becken mit einer Wassertemperatur von 33 °C und einer Wassertiefe von 1,35 m

Voraussetzungen?

- Ein Elternteil ist mit im Wasser
- Keine Erkältung
- Keine Verletzung
- Keine frische Impfung
- Gesund, keine ansteckende Krankheit

Wann / Welcher Preis?

- 10 Einheiten à max. 45 Minuten, 1 x wöchentlich (mit Voranmeldung)
- Mindestteilnehmerzahl 6 Kinder pro Kurs
- Komplettpreis: 79,00 € inkl. Eintritt 1,5 Stunden für Therme und Schwimmkurs, inkl. Umziehen für 1 Erwachsenen und 1 Kind
- Exklusiv für Sie und Ihr Kind ist nach dem Schwimmen ein Kindersaunagang in unserer Kräuter-Mistel-Sauna inbegriffen (textilfrei)



Seepferdchen-Kurs

Ziel und Zweck?

- Kindern ab ca. 6 Jahren bieten wir in diesem Kurs die Möglichkeit schwimmen zu lernen
- Dieser Kurs ist für alle Kinder ab 6 Jahren geeignet, die alle Grundvoraussetzungen für einen Schwimmunterricht beherrschen
- Als Anfangsschwimmart wird das Brustschwimmen gelehrt, weitere Schwimmarten nach Kenntnisstand – unser Ziel ist das Abzeichnen „Seepferdchen“. Das Erreichen des Zieles hängt u.a. von der Begabung der Kinder ab. Eventuell ergibt sich die Notwendigkeit eines zweiten Kurses

Alle Vorteile auf einen Blick:

- Der Kurs wird von unseren ausgebildeten Kursleitern abgehalten
- Kostenlose Benutzung aller Unterrichtsmaterialien und Geräte
- Kleine überschaubare Gruppen (ca. 8 Kinder)

Wo?

- In unseren Thermalsole-Becken mit einer Wassertemperatur von 33 °C und einer Wassertiefe von 1,35 m

Voraussetzungen?

- Keine frische Impfung
- Keine Erkältung
- Keine Verletzung
- Gesund, keine ansteckende Krankheit

Wann / Welcher Preis?

- In den Frühjahrs-, Sommer- und Herbstferien nach Absprache
- 10 Einheiten à max. 45 Minuten
- Mindestteilnehmerzahl 5 Kinder pro Kurs
- Komplettpreis: 79,00 € inkl. Eintritt 1,5 Stunden für Therme und Schwimmkurs, inkl. Umziehen eines Kindes durch eine Begleitperson

Einzelkurse können nach Absprache und individueller Vereinbarung gebucht werden.