



## Wichtige Informationen / Empfehlungen

Vor dem Unterricht

### Erste Lektion:

Zur Begrüssung und für weitere Informationen bitte ich Sie, in der ersten Lektion ungeduscht zum Nichtschwimmerbecken zu kommen. Vielen Dank.

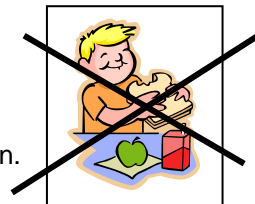


### Eincremen:

Bitte cremen Sie ihr Kind am Badetag vor dem Baden nicht ein. Die Haut des Kindes wird sonst im Wasser glitschig und Sie können Ihr Kind nicht sicher halten.

### Essen vor dem Unterricht:

Geben Sie Ihrem Kind mindestens 30 Minuten vor dem Baden keinerlei Esswaren mehr (auch nicht stillen). Sie dürfen ihrem Kind aber weiterhin Wasser oder Tee zum Trinken geben.



### Anreise

Bitte kommen Sie ohne Begleitung von Geschwistern in den Unterricht. Nehmen Sie sich genügend Zeit für die Anreise und das Umziehen, so dass das Kind ohne Hektik pünktlich und mit viel Vorfreude im Unterricht starten kann.



### Kinderwagen / Wickeltische

Diese können vor dem Hallenbad-Eingang (bei der Kasse) abgestellt werden. Speziell für den Baby-/Family-Unterricht sind in der Damen- und Herrengarderobe Wickeltische vorhanden.



### Bekleidung im Hallenbad:

Für Kinder, die noch Windeln tragen sind Wasserwindel obligatorisch. An der Hallenbadkasse wie auch im Warenhaus gibt es Badewindelhöschen. Ebenso sind Badekleider für alle (auch Begleitpersonen) im Hallenbad obligatorisch.



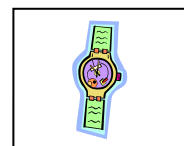
### Windelentsorgung:

Bitte werfen Sie die Einweg-Windeln in den speziell dafür vorgesehenen Abfalleimer bei den Wickeltischen. Vielen Dank!



### Schmuck:

Bitte ziehen Sie Uhren und Armbänder aus, da Sie Ihr Kind im Wasser damit verletzen könnten. In der Garderobe stehen Schliessfächer zur Verfügung (2-Fränkler mitnehmen).



### Krankheit und Abmeldungen

Ein Kind mit Fieber, Ohren oder Halsschmerzen, Übelkeit oder Durchfall, Augenentzündungen, Ekzemen oder nach einer Impfung (innerhalb von 48 Std.) gehört nicht ins Hallenbad.



Bitte richten Sie **An-/Abmeldungen direkt an [schwimmen@schwimmschule-limmattal.ch](mailto:schwimmen@schwimmschule-limmattal.ch)**. Die Abmeldung wird weitergeleitet.

m Unterricht

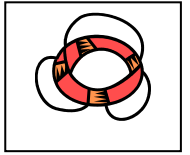


# Schwimmschule Limmattal

## Während dem Unterricht:

### **Sicherheit / Aufsicht**

Lassen Sie Ihr Kind während der ganzen Aufenthaltszeit im Hallenbad und in den Garderoben nie unbeaufsichtigt. Die Aufsichtspflicht und Verantwortung ist beim Elternteil. (Ein Kind pro Elternteil). Ältere Geschwister können am Kurs nicht teilnehmen und können nicht zusätzlich beaufsichtigt werden.



### **Frieren während der Lektion**

Friert Ihr Kind während einer Lektion übermässig, wird die Kursleiterin das Kind Ihnen übergeben. Trocknen Sie es ab und warten Sie, bis das Kind wieder soweit ist, ins Wasser zurückzukehren.

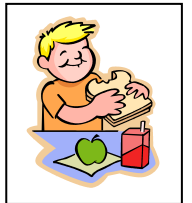
## Nach dem Unterricht:

Ihr Kind wird während einer Lektion sehr viel leisten. Daher ist es wichtig, dass Sie mit dem Kind nach dem Unterricht die Schwimmhalle verlassen, sofort warm duschen, gut abtrocknen, Ohren austupfen, Haare trocknen, eincremen und dann das Kind in der Unterwäsche und Socken auf Sie wartet lassen, bis Sie selber angekleidet sind. Der Grund, warum Sie Ihr Kind nicht ganz bekleiden sollten ist der, dass die Haut ca. etwa 10 Minuten benötigt, um „zu verdampfen“ d.h. zu trocknen. Ganz bekleidet schwitzt Ihr Kind und es besteht die Gefahr einer Erkältung.



### **Essen und Trinken**

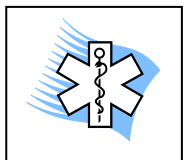
Bitte nehmen Sie für nach dem Unterricht für das Kind etwas zu essen und zu trinken mit und gewähren Sie dem Kind ausserhalb der Bades eine Ruhepause.



**(Essen ist im ganzen Hallenbad – auch in der Garderobe – nicht erlaubt.)**

### **Gesundheit / Auffälligkeiten**

Bitte melden Sie Auffälligkeiten und Änderungen im Gesundheitszustand des Kindes (Zucker, Epilepsie, Herzfehler usw.). Bei gesundheitlichen Unklarheiten wenden Sie sich bitte Unbedingt an Ihren Kinderarzt.



Viel Schönes im Wassergewöhnungskurs!

**Schwimmschule Limmattal**

nach dem Unterricht

**Schwimmschule Limmattal**

Rainstrasse 19 • 8104 Weiningen • [www.schwimmschule-limmattal.ch](http://www.schwimmschule-limmattal.ch)

**aQuality.ch**