



Schwimmen  
lernen,  
vertiefen &  
festigen

# KURSPROGRAMM

August – Dezember 2024

Kinderabzeichen Kurse | Jugendkurse



Finde den passenden Kurs!  
Sporty hilft dir weiter unter  
[hallenbadallmend.ch](https://hallenbadallmend.ch)

**HALLENBAD**  
**ALLMEND**



**aQuality.ch**

Ein Betrieb der Sportcard Luzern

[hallenbadallmend.ch](https://hallenbadallmend.ch)

# KINDERABZEICHEN KURSE

Bei den Altersstufen handelt es sich um Richtangaben.  
Das Mindestalter für alle Kurse beträgt 4,5 Jahre

## Krebs (4,5 – 5-jährig)



Grundlagentest 1 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Taucherli, Sprudelbad, Flugzeug, Bauchpfeil, Sprung

## Seepferd (4,5 – 5-jährig)



Grundlagentest 2 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Fischauge, Luftpumpe, Seerose, Bauchpfeil mit Beinmotor, Froschsprung

## Frosch (5 – 6-jährig)



Grundlagentest 3 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Motorboot, Rückenpfeil, Seehund-Schwimmen in Rücken- und Bauchlage, Purzelbaum

## Pinguin (5 – 6-jährig)



Grundlagentest 4 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Handstand, Tunneltauchen, Superman, Eisbärschwimmen, Rückenkrault

## Tintenfisch (6 – 7-jährig)



Grundlagentest 5 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Haifisch, Slalom mit Brustarmzug, Baumstammrollen, Schraubenkrault, Köpfler

## Krokodil (6 – 7-jährig)



Grundlagentest 6 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Krault, Scheibenwischer, Krault-Brust-Mix, Wasserstampfen, Entenfüsse

## Eisbär (6 – 8-jährig)



Grundlagentest 7 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Tauchwende, Delfinwelle, Brust, Wasser-Sicherheits-Check WSC

## Jugendschwimmkurs Kombi 1-4



Hier lernst du nicht mehr Grundlagen, sondern du vertieft dein Erlerntes. In einer Gruppe von maximal 9 Kindern verfeinerst du im tiefen Wasser deine Schwimmtechnik. Der Kurs beinhaltet nicht nur Schwimmen, sondern auch Turmspringen und Spielspass. Ein Muss für Kinder & Jugendliche, die das Element Wasser lieben.

# KINDERABZEICHEN KURSE

---

## Montag

13 Kurseinheiten

**26.08. / 2.9. / 9.9. / 16.9. / 23.9. / 14.10. / 21.10. / 28.10. / 4.11. / 11.11. / 18.11. / 25.11. / 2.12.**

A001	Abzeichenkurs Krebs	Andrea Meier	15.30 - 16.10
A002	Abzeichenkurs Krokodil	Susy Hesemann	15.30 - 16.10
A003	Abzeichenkurs Seepferd	Elena Affolter	15.30 - 16.10
A004	Abzeichenkurs Frosch	Susy Hesemann	16.15 - 16.55
A005	Abzeichenkurs Tintenfisch	Elena Affolter	16.15 - 16.55
A006	Abzeichenkurs Pinguin	Andrea Meier	16.15 - 16.55
A007	Abzeichenkurs Frosch	Elena Affolter	17.00 - 17.40
A010	Abzeichenkurs Krebs	Susy Hesemann	17.00 - 17.40
A011	Abzeichenkurs Tintenfisch	Elena Affolter	17.45 - 18.25
A012	Abzeichenkurs Eisbär	Stanislav Halunenko	17.45 - 18.25
A013	Abzeichenkurs Krokodil	Susy Hesemann	17.45 - 18.25
A014	Abzeichenkurs Frosch	Andrea Meier	17.45 - 18.25

---

## Dienstag

13 Kurseinheiten

**27.08. / 3.9. / 10.9. / 17.9. / 24.9. / 15.10. / 22.10. / 29.10. / 5.11. / 12.11. / 19.11. / 26.11. / 3.12.**

A016	Abzeichenkurs Tintenfisch	Tamara Reber	15.30 - 16.10
A017	Abzeichenkurs Krokodil	Elena Affolter	15.30 - 16.10
A018	Abzeichenkurs Frosch	Andrea Meier	15.30 - 16.10
A019	Abzeichenkurs Frosch	Elena Affolter	16.15 - 16.55
A020	Abzeichenkurs Pinguin	Andrea Meier	16.15 - 16.55
A021	Abzeichenkurs Seepferd	Tamara Reber	16.15 - 16.55
A022	Abzeichenkurs Krokodil/Eisbär	Andrea Meier	17.00 - 17.40
A023	Abzeichenkurs Tintenfisch	Elena Affolter	17.00 - 17.40
A024	Abzeichenkurs Frosch	Tamara Reber	17.00 - 17.40
A025	Abzeichenkurs Krebs	Elena Affolter	17.45 - 18.25
A026	Abzeichenkurs Eisbär	Tamara Reber	17.45 - 18.25
A028	Abzeichenkurs Pinguin	Andrea Meier	18.30 - 19.10

---

## Mittwoch

13 Kurseinheiten

**28.08. / 4.9. / 11.9. / 18.9. / 25.9. / 16.10. / 23.10. / 30.10. / 6.11. / 13.11. / 20.11. / 27.11. / 4.12.**

A029	Abzeichenkurs Krebs	Daniel Zocchi	14.00 - 14.40
A030	Abzeichenkurs Frosch	Daniel Zocchi	14.45 - 15.25
A031	Abzeichenkurs Frosch	Fabienne Häfliger	15.30 - 16.10
A032	Abzeichenkurs Pinguin	Daniel Zocchi	15.30 - 16.10
A034	Abzeichenkurs Frosch	Fabienne Häfliger	15.30 - 16.10
A033	Abzeichenkurs Seepferd	Stanislav Halunenko	16.15 - 16.55
A038	Abzeichenkurs Tintenfisch	Susy Hesemann	16.15 - 16.55
A035	Abzeichenkurs Krokodil/Eisbär	Fabienne Häfliger	16.15 - 16.55
A036	Abzeichenkurs Pinguin	Stanislav Halunenko	17.00 - 17.40
A037	Abzeichenkurs Krokodil	Susy Hesemann	17.00 - 17.40

# KINDERABZEICHEN KURSE

---

## Donnerstag

13 Kurseinheiten

29.08. / 5.9. / 12.9. / 19.9. / 26.9. / 17.10. / 24.10. / 31.10. / 7.11. / 14.11. / 21.11. / 28.11. / 5.12.

A039	Abzeichenkurs Frosch	Esther Ilhan	15.30 - 16.10
A040	Abzeichenkurs Krebs/Seepferd	Esther Ilhan	16.15 - 16.55
A041	Abzeichenkurs Tintenfisch	Esther Ilhan	17.00 - 17.40
A042	Abzeichenkurs Krokodil/Eisbär	Esther Ilhan	17.45 - 18.25

---

## Freitag

12 Kurseinheiten

30.08. / 6.9. / 13.9. / 20.9. / 27.9. / 18.10. / 25.10. / 8.11. / 15.11. / 22.11. / 29.11. / 6.12.

A060	Abzeichenkurs Frosch	Daniel Zocchi	15.30 - 16.10
A043	Abzeichenkurs Pinguin	Stanislav Halunenکو	15.30 - 16.10
A044	Abzeichenkurs Seepferd	Daniel Zocchi	16.15 - 16.55
A045	Abzeichenkurs Tintenfisch	Stanislav Halunenکو	16.15 - 16.55
A046	Abzeichenkurs Krokodil	Elena Affolter	16.15 - 16.55
A047	Abzeichenkurs Eisbär	Elena Affolter	17.00 - 17.40
A048	Abzeichenkurs Krebs	Daniel Zocchi	17.00 - 17.40
A049	Abzeichenkurs Krokodil	Stanislav Halunenکو	17.00 - 17.40
A050	Abzeichenkurs Frosch	Elena Affolter	17.45 - 18.25
A052	Abzeichenkurs Pinguin	Daniel Zocchi	17.45 - 18.25

---

## Samstag

13 Kurseinheiten

24.08 / 31.08. / 7.9. / 14.9. / 21.9. / 28.9. / 19.10. / 26.10. / 2.11. / 9.11. / 16.11. / 23.11. / 30.11.

A053	Abzeichenkurs Frosch	Stanislav Halunenکو	09.00 - 09.40
A054	Abzeichenkurs Pinguin	Olivia Duss	09.00 - 09.40
A055	Abzeichenkurs Krebs	Olivia Duss	09.45 - 10.25
A057	Abzeichenkurs Seepferd	Olivia Duss	10.30 - 11.10
A058	Abzeichenkurs Krokodil/Eisbär	Stanislav Halunenکو	10.30 - 11.10
A059	Abzeichenkurs Tintenfisch	Olivia Duss	11.15 - 11.55

---



### Termine für

### Niveau-Einstufung

durch Vorschwimmen:

Mo: 15.15 Uhr oder 18.30 Uhr

Mi: 16.00 Uhr

Frühzeitige Terminvereinbarung notwendig. Die Termine sind verbindlich!

[hallenbadallmend.ch](http://hallenbadallmend.ch)

# JUGENDKURSE

## Montag

13 Kurseinheiten

**26.08. / 2.9. / 9.9. / 16.9. / 23.9. / 14.10. / 21.10. / 28.10. / 4.11. / 11.11. / 18.11. / 25.11. / 2.12.**

A008	Kombikurs 1/2/3	Andrea Meier	17.00 - 17.40
A009	Kombi 3/4	Stanislav Halunenko	17.00 - 17.40
A015	Jugendtraining	Andrea Meier	18.30 - 19.10

## Dienstag

13 Kurseinheiten

**27.08. / 3.9. / 10.9. / 17.9. / 24.9. / 15.10. / 22.10. / 29.10. / 5.11. / 12.11. / 19.11. / 26.11. / 3.12.**

A027	Kombi 1/2/3	Andrea Meier	17.45 - 18.25
------	-------------	--------------	---------------

## Mittwoch

13 Kurseinheiten

**28.08. / 4.9. / 11.9. / 18.9. / 25.9. / 16.10. / 23.10. / 30.10. / 6.11. / 13.11. / 20.11. / 27.11. / 4.12.**

A061	Kombi 1/2/3/4	Stanislav Halunenko	17.45 - 18.25
------	---------------	---------------------	---------------

## Freitag

12 Kurseinheiten

**30.08. / 6.9. / 13.9. / 20.9. / 27.9. / 18.10. / 25.10. / 8.11. / 15.11. / 22.11. / 29.11. / 6.12.**

A051	Kombi 2/3/4	Stanislav Halunenko	17.45 - 18.25
------	-------------	---------------------	---------------

## Samstag

13 Kurseinheiten

**24.08 / 31.08. / 7.9. / 14.9. / 21.9. / 28.9. / 19.10. / 26.10. / 2.11. / 9.11. / 16.11. / 23.11. / 30.11.**

A062	Kombi 1/2/3/4	Stanislav Halunenko	09.45 - 10.25
------	---------------	---------------------	---------------

passenden  
Kurs finden



Finde den passenden Kurs.  
Sporty hilft dir weiter!



### Kurs-Regeln:

- Eine Kursanmeldung ist verbindlich.
- Der Zutritt ins Hallenbad ist ab Garderobe nur in Badebekleidung erlaubt! Dies gilt auch für Eltern und Begleitpersonen.
- Ab Drehkreuz ist jeder Gast eintrittspflichtig.

Bei gemischten Kursen (z.B. Krebs/Seepferd) erlangen die Kinder in der Regel nur ein Abzeichen, jedoch werden bereits Übungen beider Grundlagenkurse geübt und gefestigt.

Kursänderungen vorbehalten.

# SPORTCARD

## Freizeit, die bewegt.

Die Sportcard ist eine Wertkarte, die du zur bargeldlosen Bezahlung sowie als Abo-Träger einsetzen kannst.

Hol dir jetzt deine eigene Sportcard und profitiere:

- bis zu 30% Rabatt auf Eintritt oder Platzmieten in den Sportcard-Betrieben und im BaluPLUS Verbund
- bargeldlose Bezahlung
- verkürzte Wartezeit bei Drehkreuzeingängen



[sportcard-luzern.ch](https://sportcard-luzern.ch)



HALLENBAD  
ALLMEND

STRANDBAD  
TRIBSCHEN

WALDBAD  
ZIMMEREgg

EISZENTRUM  
LUZERN

SPORTCENTER  
WÜRZENBACH

### Hallenbad Allmend

Zihlmattweg 46  
6005 Luzern

Telefon +41 41 319 37 80  
[hallenbad@sportcard-luzern.ch](mailto:hallenbad@sportcard-luzern.ch)  
[hallenbadallmend.ch](https://hallenbadallmend.ch)

Folge uns unter «[sportcardluzern](https://sportcardluzern.ch)»

