

Schwimmen
lernen,
vertiefen &
festigen

KURSPROGRAMM

April 2024 - Juli 2024

Kinderabzeichen Kurse | Jugendkurse



Finde den passenden Kurs!
Sporty hilft dir weiter unter
hallenbadallmend.ch

HALLENBAD
ALLMEND



aQuality.ch

Ein Betrieb der Sportcard Luzern

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 vertiefst 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

11 Kurseinheiten

15.4. / 22.4. / 29.4. / 6.5. / 13.5. / 27.5. / 3.6. / 10.6. / 17.6. / 24.6. / 1.7.

A227	Abzeichen Pinguin	Andrea Meier	15.30 - 16.10
A228	Abzeichen Tintenfisch	Susy Hesemann	15.30 - 16.10
A229	Abzeichen Krebs	Pia Hügin	15.30 - 16.10
A230	Abzeichen Krebs/ Seepferd	Susy Hesemann	16.15 - 16.55
A231	Abzeichen Tintenfisch	Pia Hügin	16.15 - 16.55
A232	Abzeichen Frosch	Andrea Meier	16.15 - 16.55
A233	Abzeichen Frosch	Pia Hügin	17.00 - 17.40
A236	Abzeichen Eisbär	Susy Hesemann	17.00 - 17.40
A237	Abzeichen Krokodil	Stanislav Halunenko	17.45 - 18.25
A238	Abzeichen Seepferd	Andrea Meier	17.45 - 18.25
A239	Abzeichen Pinguin	Pia Hügin	17.45 - 18.25
A240	Abzeichen Tintenfisch	Susy Hesemann	17.45 - 18.25

Dienstag

12 Kurseinheiten

16.4. / 23.4. / 30.4. / 7.5. / 14.5. / 21.5. / 28.5. / 4.6. / 11.6. / 18.6. / 25.6. / 2.7.

A242	Abzeichen Tintenfisch	Elena Affolter	15.30 - 16.10
A243	Abzeichen Pinguin	Tamara Reber	15.30 - 16.10
A244	Abzeichen Frosch	Andrea Meier	15.30 - 16.10
A245	Abzeichen Tintenfisch/Krokodil	Andrea Meier	16.15 - 16.55
A246	Abzeichen Seepferd	Elena Affolter	16.15 - 16.55
A247	Abzeichen Krebs	Tamara Reber	16.15 - 16.55
A248	Abzeichen Eisbär	Elena Affolter	17.00 - 17.40
A249	Abzeichen Krokodil	Tamara Reber	17.00 - 17.40
A250	Abzeichen Eisbär/Kombi 1	Andrea Meier	17.00 - 17.40
A252	Abzeichen Tintenfisch	Eleana Affolter	17.45 - 18.25
A253	Abzeichen Krokodil/Eisbär	Tamara Reber	17.45 - 18.25
A254	Abzeichen Pinguin	Andrea Meier	18.30 - 19.10

Mittwoch

12 Kurseinheiten

17.4. / 24.4. / 1.5. / 8.5. / 15.5. / 22.5. / 29.5. / 5.6. / 12.6. / 19.6. / 26.6. / 3.7.

A255	Abzeichen Frosch	Susy Hesemann	14.45 - 15.25
A256	Abzeichen Pinguin	Susy Hesemann	15.30 - 16.10
A257	Abzeichen Seepferd	Heidi Fleischli	15.30 - 16.10
A258	Abzeichen Krebs	Heidi Fleischli	16.15 - 16.55
A259	Abzeichen Pinguin	Susy Hesemann	16.15 - 16.55
A260	Abzeichen Krokodil	Fabienne Häfliger	16.15 - 16.55
A262	Abzeichen Frosch	Heidi Fleischli	17.00 - 17.40
A263	Abzeichen Eisbär	Fabienne Häfliger	17.00 - 17.40
A264	Abzeichen Tintenfisch/Krokodil	Susy Hesemann	17.45 - 18.25

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.

KINDERABZEICHEN KURSE

Donnerstag

10 Kurseinheiten

18.4. / 25.4. / 2.5. / 16.5. / 23.5. / 6.6. / 13.6. / 20.6. / 27.6. / 4.7.

A266	Abzeichen Krebs	Fabienne Häfliger	14.15 - 14.55
A267	Abzeichen Pinguin	Fabienne Häfliger	15.00 - 15.40
A268	Abzeichen Frosch	Esther Ilhan	15.30 - 16.10
A269	Abzeichen Krokodil	Esther Ilhan	16.15 - 16.55
A270	Abzeichen Tintenfisch	Esther Ilhan	17.00 - 17.40

Freitag

12 Kurseinheiten

19.4. / 26.4. / 3.5. / 10.5. / 17.5. / 24.5. / 31.5. / 7.6. / 14.6. / 21.6. / 28.6. / 5.7.

A271	Abzeichen Frosch	Stanislav Halunenko	15.30 - 16.10
A272	Abzeichen Tintenfisch	Elena Affolter	16.15 - 16.55
A273	Abzeichen Krebs	Michaela Suter	16.15 - 16.55
A274	Abzeichen Pinguin	Stanislav Halunenko	16.15 - 16.55
A275	Abzeichen Pinguin	Michaela Suter	17.00 - 17.40
A276	Abzeichen Krokodil	Elena Affolter	17.00 - 17.40
A277	Abzeichen Eisbär/ Kombi 1	Stanislav Halunenko	17.00 - 17.40
A278	Abzeichen Frosch	Michaela Suter	17.45 - 18.25
A280	Abzeichen Seepferd	Elena Affolter	17.45 - 18.25

Samstag

11 Kurseinheiten

20.4. / 27.4. / 4.5. / 11.5. / 18.5. / 25.5. / 1.6. / 8.6. / 15.6. / 22.6. / 29.6.

A281	Abzeichen Tintenfisch/Krokodil	Stanislav Halunenko	09.00 - 09.40
A282	Abzeichen Pinguin	Olivia Duss	09.00 - 09.40
A284	Abzeichen Krebs/ Seepferd	Olivia Duss	09.45 - 10.25
A285	Abzeichen Krokodil/Eisbär	Olivia Duss	10.30 - 11.10
A286	Abzeichen Frosch	Stanislav Halunenko	10.30 - 11.10
A287	Abzeichen Tintenfisch	Olivia Duss	11.15 - 11.55

Termine für Niveau-Einstufung

durch Vorschwimmen:

Mo: 15.15 Uhr oder 18.30 Uhr

Mi: 14.30 Uhr oder 18.30 Uhr

Frühzeitige Terminvereinbarung
notwendig. Die Termine sind
verbindlich!

hallenbadallmend.ch



JUGENDKURSE

Montag

11 Kurseinheiten

15.4. / 22.4. / 29.4. / 6.5. / 13.5. / 27.5. / 3.6. / 10.6. / 17.6. / 24.6. / 1.7.

A234	Kombi 1/2/3	Andrea Meier	17.00 - 17.40
A235	Kombi 3/4	Stanislav Halunenko	17.00 - 17.40
A241	Jugendtraining	Andrea Meier	18.30 - 19.10

Dienstag

12 Kurseinheiten

16.4. / 23.4. / 30.4. / 7.5. / 14.5. / 21.5. / 28.5. / 4.6. / 11.6. / 18.6. / 25.6. / 2.7.

A251	Kombi 1/2/3	Andrea Meier	17.45 - 18.25
------	-------------	--------------	---------------

Mittwoch

10 Kurseinheiten

17.4. / 24.4. / 1.5. / 8.5. / 15.5. / 22.5. / 29.5. / 5.6. / 12.6. / 19.6. / 26.6. / 3.7.

A261	Kombi 1/2	Susy Hesemann	17.00 - 17.40
A265	Kombi 2/3/4	Heidi Fleischli	17.45 - 18.25

Freitag

12 Kurseinheiten

19.4. / 26.4. / 3.5. / 10.5. / 17.5. / 24.5. / 31.5. / 7.6. / 14.6. / 21.6. / 28.6. / 5.7.

A279	Kombi 2/3/4	Stanislav Halunenko	17.45 - 18.25
------	-------------	---------------------	---------------

Samstag

11 Kurseinheiten

20.4. / 27.4. / 4.5. / 11.5. / 18.5. / 25.5. / 1.6. / 8.6. / 15.6. / 22.6. / 29.6.

A283	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.

Kursänderungen vorbehalten.

SPORTCARD

Freizeit, die bewegt.

Die Sportcard ist **kostenlos** erhältlich

- Rabatt mit bis zu 20% auf Eintritt, Platzmiete Squash, Badminton und Parkplatzgebühr Eiszentrum Luzern und Sportcenter Würzenbach
- Bargeldlose Bezahlung von Eintritten, Dienstleistungen, Produkten und Gastronomie
- Kartendepot von CHF 10.– erhält man bei der Kartenrückgabe wieder retour



sportcard-luzern.ch



HALLENBAD
ALLMEND

STRANDBAD
TRIBSCHEN

WALDSCHWIMMBAD
ZIMMEREGG

EISZENTRUM
LUZERN

sportcenter
würzenbach

Hallenbad Allmend
Zihlmattweg 46
6005 Luzern

Telefon +41 41 319 37 80
hallenbad@sportcard-luzern.ch
hallenbadallmend.ch

Folge uns



Folge uns unter «sportcardluzern».