

## Merkblatt zum Babyschwimmen

### Bitte sagt rechtzeitig ab bei:

- Erkältung
- Fieber
- Durchfall
- Erbrechen
- offenen/infizierten Hautstellen
- bis zu fünf Tagen nach einer Impfung mit Lebendimpfstoff
- Mittelohrentzündung

### Bitte fragt euren Kinderarzt bei:

- Zustand nach Frühgeburt/Mangelgeburt
- Hautkrankheiten
- Herzfehler
- Trichterbrust
- noch nicht abgeheiltem Nabel
- chronischen Krankheiten

### Bitte bringt mit:

Mehrere große Handtücher, Badesachen für Mutter/Vater und Kind, Wickelzubehör, warme Sachen für d

**Die letzte Mahlzeit des Kindes sollte mindestens 30 Minuten zurück liegen!**



**Alter ab Ende 4. Monat bis zu 8 Monaten**

Mit dem Babyschwimmen fördern wir:

- Bewegungssteuerung
- Koordinationsfähigkeit
- Gleichgewichtssinn
- Kräftigung der Muskulatur
- Konzentrationsfähigkeit
- Intelligenzentwicklung
- Selbständigkeit
- Selbstsicherheit
- geistige Verknüpfungen
- positiven Wasserkontakt
- Wahrnehmung der Körperteile
- Immunsystem
- Herz-Kreislauf-System
- Wärmehaushalt
- Zentralnervensystem
- Leistungsmotivation

### **Tipps für die Wassergewöhnung zu Hause:**

- Vertrauen zur Dusche herstellen
- vertrautes Spielzeug mitnehmen
- in die große Wanne mit einem Elternteil
- kleine Wasserspritzer positiv begleiten
- Absenken der Badetemperatur auf 32°C bis 34°C

**Dauer:** Wasseraufenthalt ca. 30 Minuten

**Kosten:** 30,- EUR für 6 h (+ Eintritt ins Bad 2,80 EUR, bzw. 4,-EUR mit Babysauna)  
Badehose oder Schwimmwindel (bitte selbst besorgen)

**Ort:** Schwimmbad Hildburghausen

Bitte sagt rechtzeitig ab, wenn ihr verhindert seid!  
Danke und viel Spaß