



## So erreichen Sie uns

Sie erreichen uns mit der Buslinie 634, dem Rad oder PKW. Vor Ort sind zahlreiche Parkplätze vorhanden.

Aktuelle Informationen zu unseren Kursen sowie die Buchungsoptionen finden Sie auf unserer Website.



fresch · Rabenweg 20  
85356 Freising  
Telefon 08161/54888-0  
[www.fresch-freising.de](http://www.fresch-freising.de)

Die aktuellen Öffnungszeiten finden Sie auf unserer Website.

[fb.com/fresch.freising](https://fb.com/fresch.freising)

[@instagram.com/fresch.freising](https://instagram.com/fresch.freising)



Stand: Januar 2024

Sie können unsere Kurse online unter [www.fresch-freising.de](http://www.fresch-freising.de) buchen.

## Unsere Schwimmkurse



# Dein Kurs. UNSER BAD.



# Wir bringen Sie auf Kurs

Unser Wasserprogramm für Klein und Groß: Mit unserem Angebot gewöhnen sich die Kleinsten ans Nass und lernen richtig schwimmen – immer in professioneller Begleitung unserer SchwimmtrainerInnen.



## Babyschwimmen Grundkurs 4 bis 24 Monate

Stärkt die Muskulatur Ihres Kindes und sorgt durch die gemeinsame Zeit im Wasser für noch mehr Bindung zueinander.

- 8 Einheiten à 45 Minuten, erster Termin 60 Minuten
- 150 € für ein Kind mit erwachsener Begleitperson (inkl. 2 Stunden Badeintritt, Tauch- und Wasserfotos)



## Babyschwimmen Aufbaukurs 6 bis 24 Monate

Fördern Sie Ihr Kind auch weiterhin in seiner Entwicklung durch Spiel & Spaß im Wasser gemeinsam mit Ihnen. **Voraussetzung:** Abgeschlossener Babyschwimmen Grundkurs.

- 8 Einheiten à 45 Minuten
- 150 € für ein Kind mit erwachsener Begleitperson (inklusive 2 Stunden Badeintritt, Wasserfotos)



## Bambinischwimmen ab 3 Jahren

Gemeinsam mit Ihnen erlernt Ihr Kind spielerisch Wassersicherheit und erlebt den Spaß an der Fortbewegung im Wasser.

- 8 Einheiten à 45 Minuten
- 140 € für ein Kind mit erwachsener Begleitperson (inklusive 2 Stunden Badeintritt)



## Kleinkindschwimmen ab 4 Jahren

Gemeinsam mit Ihnen, erlernt Ihr Kind spielerisch Schwimmgrundlagen als ideale Vorbereitung für das Schwimmenlernen. Speziell für Kinder, die sich im Wasser unsicher fühlen.

- 8 Einheiten à 45 Minuten
- 140 € für ein Kind mit erwachsener Begleitperson (inklusive 2 Stunden Badeintritt)



## Kinderschwimmen ab 5 Jahren

Hier können Kinder gut und sicher schwimmen lernen, mit dem Ziel, am Ende des Kurses das Seepferdchen-Abzeichen zu erreichen.

- 10 Einheiten à 45 Minuten
- 135 € für ein Kind (inklusive 2 Stunden Badeintritt)



## Kinderschwimmen Aufbaukurs ab 5 Jahren

Der Kurs soll Ihren Kindern ermöglichen, die erlernten Schwimmfertigkeiten zu verbessern und sich mehr Kraft und Ausdauer beim Schwimmen anzueignen.

- 8 Einheiten à 45 Minuten
- 135 € für ein Kind (inklusive 2 Stunden Badeintritt)



## Erwachsenenschwimmen

In diesem Kurs können Erwachsene das Schwimmen lernen. Ziel des Kurses ist es, Sicherheit im Wasser und beim Schwimmen zu erlangen.

- 8 Einheiten à 45 Minuten
- 140 € pro Person (inklusive 2 Stunden Badeintritt)



## Privatunterricht

Richtig schwimmen lernen und Techniktraining in Einzelstunden mit eigenen TrainerInnen für Kinder und Erwachsene.

- 30 Minuten pro Einheit
- max. 2 TeilnehmerInnen
- Termine nach Vereinbarung
- 45 € je Schwimmstunde pro Person (inklusive 2 Stunden Badeintritt)

**Holen Sie sich Ihr Schwimmabzeichen!**  
Unser Team nimmt jederzeit das Seepferdchen für 10 € sowie die deutschen Schwimmabzeichen für 12,50 € zzgl. Eintrittspreis ab. Kommen Sie spontan vorbei, eine Anmeldung ist nicht notwendig.



**Bitte beachten Sie:**  
• Unser Kursangebot ist nur online buchbar.



## Wo schwimmen wir richtig?

### 4 bis 24 Monate: Babyschwimmen Grundkurs\*

- Behutsame Wassergewöhnung
  - Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung
  - Wasserspiele zur Förderung der Motorik und Sensorik
- Highlight:** Tauch- und Wasserfotos

### 6 bis 24 Monate: Babyschwimmen Aufbaukurs\*

- Vertrauten Wasserkontakt beibehalten
  - Neuer Spielespaß und Übungsausbau
  - Aufbau der Sozialkompetenz
  - Kennenlernen von Schwimmhilfen
- Highlight:** Wasserfotos

### ab 3 Jahren: Bambinischwimmen\*

- Wassergewöhnung durch Spiel und Spaß
- Wassersicherheit gewinnen
- Selbstständiges Fortbewegen mit Schwimmhilfen
- Fördern von Koordination und emotionalen Fähigkeiten

### ab 4 Jahren: Kleinkindschwimmen\*

- Wassergewöhnung
- Erste Vorbereitung für das Schwimmenlernen
- Stärkung des Selbstvertrauens im Wasser
- Übungsanleitungen für Eltern
- Speziell für Kinder mit „Wasserangst“

### ab 5 Jahren: Kinderschwimmen

- Schwimmen lernen und trainieren
  - Sicherheit beim Schwimmen erlangen
  - Tauch- und Sprungübungen
- Abschluss:** Seepferdchen-Abzeichen

### ab 5 Jahren: Kinderschwimmen Aufbaukurs

- Verbesserung der Schwimmtechniken
- Vorbereitung für weitere Schwimmabzeichen

### Erwachsenenschwimmkurse

- Schwimmen lernen und trainieren
- Sicherheit im Wasser erlangen

### Privatunterricht Kinder & Erwachsene

- Für Kinder und Erwachsene, die nicht in einer Gruppe schwimmen lernen wollen
- Schwimmen lernen mit eigenen TrainerInnen
- Techniktraining und Erlernen weiterer Schwimmarten

\* mit einer erwachsenen Begleitperson im Wasser

Änderungen vorbehalten.