

BABY OG SMÅBØRN

SVØMMETILBUD



Lystrup Svømning
Sæson 2024/2025



MOMENTET

MARKETING & COMMUNICATION



HOLD OG TILBUD

Lystrup Svømmings Baby- og Småbørnshold undervises i varmtvandsbassin i Momentet Lystrup Svømme og Aktivitetscenter, der altid er 34° varmt. Det giver de bedste rammer for hele familien, så voksne og børn kan plaske, lege og hygge i fælleskab med hinanden. Aktivitet imellem børn og voksne prioriteres højt på alle Baby- og Småbørnshold. Varighed: ca. 25 minutters undervisning og 5 minutter til individuel vejledning og fri leg.

BABYSVØMNING (2-7 MDR) (7-12 MDR)

Der er ingen forudsætninger for at deltage på holdet. Vi har fokus på vandtilvænning, sansemotoriske stimuli, elementskift og selvlivredning – kort sagt handler det om at bevare barnets naturlige og medfødte vandglæde. Der vil blive sunget sanglege, og forældrene lærer de forskellige grundgreb, som bliver introduceret til at dykke med barnet. Ved tilmelding tegner du kontingent for en hel sæson. Medlemskabet starter på det hold, som er målrettet barnets alder. I takt med at barnet bliver ældre, vil vi hjælpe jer med at blive flyttet til et hold, hvor undervisningen er tilpasset alder – det vil for eksempel sige holdet for babyer i alderen 7 til 12 måneder eller et af nedenstående småbørnshold.

Pris (1 barn og 1 forælder): 2.150 kr.

SUPERSVØMMERE 1 - 2½ ÅR

Der er ingen forudsætninger for at kunne deltage på dette hold. Vi synger forskellige sanglege med tilhørende bevægelser og øvelser, der alle er med til at stimulere og udfordre barnet. Vi har fokus på selvlivredning, elementskift, fremdrift og dyk, og alle øvelserne vil tage udgangspunkt i barnets alder samt motoriske kunnen. På Supersvømmere er der altid en forælder/voksen med barnet i vandet.

Pris (1 barn og 1 forælder): 2.150 kr.

SØHESTE 2 - 4 ÅR

Der er ingen forudsætninger for at kunne deltage på dette hold. Det primære formål med undervisningen på Søheste er at gøre barnet tryk ved svømning, skabe vandglæde og selvstændighed. Med udgangspunkt i forskellige temalege inddrages øvelser, så barnet lærer at springe, dykke og bevæge sig i vandet. På holdet vil der også være fokus på selvlivredning. På Søheste er der altid en forælder/voksen med barnet i vandet.

Pris (1 barn og 1 forælder): 2.150 kr.

BLÅMUSLINGER 2 - 4 ÅR

Holdet er for meget vandglade børn i alderen 2-4 år, som har forudsætninger for at kunne dykke, flyde, springe og blive udfordret på selvstændighed i vandet. Vi udfordrer børnene gennem sang- og temalege, med det formål at videreudvikle deres svømmefærdigheder og selvstændighed. I slutningen af sæsonen, vil barnet blive introduceret til brug af bælte. På Blåmuslinger er der altid en forælder/voksen med barnet i vandet.

Pris (1 barn og 1 forælder): 2.150 kr.

HALETUDSER 3 - 5½ ÅR

Der er ingen forudsætninger for at kunne deltage på dette hold. Haletudseholdet er for alle børn i alderen 3-5½ år, der endnu ikke er parate til at svømme på et hold uden forældre. På Haletudser er mor eller far med i vandet til at støtte barnet i svømmeundervisningen, så vi sammen kan videreudvikle barnets svømmefærdigheder og fremdrift gennem leg og temaøvelser. Formålet med Haletudser er primært, at barnet finder så meget glæde og tryghed ved svømning, at barnet den efterfølgende sæson kan starte på et af vores børnehold. Vi lægger værdi i at tilrettelægge undervisningen på Haletudser, så børnene i de sidste måneder af sæsonen bliver så selvstændige, at forældrene langsomt sluses ud af holdet. Dette er med henblik på, at børnene den efterfølgende sæson er 100 % klar til at gå til svømning uden mor eller far i vandet.

Pris (1 barn og 1 forælder): 2.150 kr.

NEONFISK – SØSKENDEHOLD 6 MDR. – 5 ÅR

Søskendeholdet er for familier med 2 mindre børn og holdet giver mulighed for at hele familien kan svømme på samme tid. Alderen spænder bredt, men undervisningen vil tage højde for forskellen i børnenes alder og motoriske kunnen, og sikre at alle svømmere udfordres uanset niveau. Holdet vil yderligere fokusere på vandtilvænning, elementskift, udvikling af svømme- og motoriske færdigheder samt selvstændighed. Der vil også være god mulighed for familiehygge og leg!

Pris (2 børn og 2 voksne): 4.100 kr.

LÆRERIGE OG
VANDGLADE
SVØMMETILBUD
FOR DE MINDSTE



ONLINE TILMELDING

Alt tilmelding til Baby- og Småbørnshold skal foretages online på:
www.lystrupsvoemning.dk

Du skal tilmelde til holdet med dit barns navn og fødselsdag og så tilføje forældre til medlemskabet.

Ved tilmelding til et hold i Momentet Lystrup Svømme og Aktivitetscenter skal alle medlemskaber tilkøbe et indgangsarmbånd til Momentet til 150 kr.

Armbåndet giver adgang til omklædningsrum samt et skab i omklædning. Til baby- og småbørnshold bliver armbåndet kodet til barnets medlemskab – forældre følger med i indgangen og skal derfor ikke have deres eget indgangsarmbånd til baby- og småbørnshold.

Til neonfisk skal I have to indgangsarmbånd, da I er 2 børn på medlemskabet.

RETNINGSLINJER FOR KONTINGENT/MEDLEMSKAB

Det er muligt at tilmelde sig til baby og småbørnshold i løbet af hele sæsonen. Kontingentet reduceres 4 gange årligt første gang fra midt oktober 2024.

Man køber medlemskab til et bestemt holdnummer. Det er muligt i løbet af sæsonen at skifte hold i kraft med barnet bliver ældre eller hvis jeres dagligdag ændrer sig og I har behov for at være tilknyttet et andet hold i stedet. Hvis man skifter hold mere end 2 gange på en sæson, så kræver vi efterfølgende et gebyr på 50 kr. for at flytte hold.

Det er ikke muligt at få en gratis prøve-tid, da vi gerne vil have viden om, hvem og hvor mange der møder op til et hold. Vi giver mulighed for at udmelde sig holdet op til 2 gange efter medlemskabet er købt. Det vil sige, at I har mulighed for op til 2 prøve gange, som skal være foretaget inden for de første to uger af medlemskabet. Udmeldelse skal være foretaget inden 3 mulige svømmegang. Vi rettidig udmeldelse trækkes et gebyr på 150 kr. for refusion af kontingent.

Læs mere om retningslinjer for kontingent på www.lystrupsvoemning.dk



KONTAKT

Du er velkommen til at kontakte os på:

Mail: aktiv@lystrupsvoemning.dk

Telefon: 20 47 48 01

OMKLÆDNING OG HYGIEJNE

Det er en god idé at tage et håndklæde med ind i svømmehallen, så barnet ikke fryser på turen fra bassinet til omklædningsrummet – og omvendt. For hygiejnens skyld, er det vigtigt at både barn og forælder inden svømning vasker sig omhyggeligt under bruseren uden badetøj på.

Vores omklædningsrum indeholder pusleborde, badekar og bærestole, der kan anvendes til badeområderne.

BRUG AF SAUNA

Vi fraråder, at saunaen benyttes af babyer og småbørn, idet et barn under 3 år har svært ved at regulere sin kropstemperatur. Barnet kan have svært ved at reagere på, om det føler ubehag ved ophold i saunaen. Tages mindre børn med i sauna, så må de aldrig efterlades alene, da det er dig som voksen, der skal aflæse barnets reaktion på varmen samt sikre, at barnet sidder stille.

BASSINER

Momentet Lystrup Svømme- og aktivitetscenter har 3 bassiner.

Baby- og Småbørnssvømning undervises i vores varmtvandsbassin som er 13x8 meter og har en vanddybde på 120-140 cm.

Derudover har vi et børne- og legeområde med en lille bakke som rutsjebane – vanddybden i dette bassin er 40 cm.

Begge bassiner har en vandtemperatur på 34 grader

25 meters bassinet er vandtemperaturen 27,8 grader

Bassinet har 6 startskamler og en mindre rutsjebane. Vanddybden er 110 – 200 cm.

GODE RÅD EFTER SVØMNING

Efter svømning og omklædning er det en god idé at give dit barn lidt at spise.

Du er velkommen til at nyde mad og drikkevarer i et af opholdsrummene i Momentet eller ved bænke i vores udeområde, hvor der også er mulighed for leg og hygge på vores legeplads eller på græsarealet.

STØTTEMÅDER OG OPDRIFTSMIDLER

Det er vigtigt, at du som forælder giver dit barn den nødvendige frihed til at bevæge sig i vandet. Som forælder skal du derfor støtte og ikke bære/holde fast i dit barn i vandet. Når den voksne støtter barnet mindst muligt, giver det barnet mulighed for at arbejde med sin balance og kropskontrol, hvilket er hensigtsmæssigt for barnets udvikling.

Babyer og småbørn lærer bedst at svømme uden brug af opdriftsmidler, da det skaber de bedste forudsætninger for barnets motorik og kendskab til vandet.

Vi underviser derfor altid babyer og småbørn uden opdriftsmidler. På den måde lærer dit barn sig selv at kende i vandet og lærer om opdrift, kropsstilling og fremdrift udelukkende ved hjælp fra egen krop og med en støttende hånd fra en voksen. Det er vigtigt i forhold til at lære svømmeegenskaberne inden barnet kommer dertil, hvor det skal lære at svømme.

Barnet vil samtidig udvikle balance, tryghed og forståelse for vand langt bedre en barnet, som får opdriftsmidler på. Derfor benytter vi først opdriftsmidler, når forældrene ikke er med i vandet. Det er i de sidste måneder af Haletudser samt på hold for børn fra 4 års alderen, hvor forældre ikke er med i vandet.

EGNE OPDRIFTSMIDLER

Grundet sikkerhedsforhold samt hygiejne, så er det ikke tilladt at medbringe egne opdriftsmidler i Momentet Lystrup Svømme og Aktivitetscenter.

Svømmehallen har masser af legeredskaber, opdriftsmidler og hjælpemidler, som bruges i svømmeundervisningen samt kan benyttes til offentlig Svømning.

SPECIELT FOR BABYER OG SMÅBØRN MED BLE

De første gange i svømmehallen kan være meget trættende for babyen grundet de mange sanseindtryk, hvorfor de første svømmeture ofte er kortere end selve lektionen på 30 minutter. I opfordres derfor til at lytte til jeres barns signaler, og gå op før tid, hvis barnet virker træt og overstimuleret.

BADEBLE + NEOPREN BADEBUKSER PÅKRÆVET

For at sikre en god vandkvalitet samt lukning af bassinet pga. uheld i vandet, så er det i Momentet Lystrup Svømme og Aktivitetscenter et krav, at alle børn, som bruger ble har en engangsbadeble med Happy Nappy blebadebukser over.

Neopren blebadebukser beskytter 100% mod uheld i vandet. Happy Nappy er blebadebukser med en optimeret ergonomisk pasform, som både er sikker, fleksibel og behagelig og tilpasser sig dit barns bevægelser. Der er bred linning omkring maven og ved lårene, der giver en maximal sikkerhed mod uheld. Materialet er resistent overfor mug og bakterievækst

Neopren blebadetøj og engangsbleer kan købes ved frontdisken i Momentet Lystrup Svømme og Aktivitetscenter. Her har vi alle størrelser fra 2 måneder og op i forskellige farver og design.

Blebørn har derfor kun adgang til vores svømmebassiner, hvis de er iført engangsbadeble og Neopren blebadebukser. Blebadebukserne – og -dragterne fra Neopren har en bred kant som sidder tæt ved ben og mave, så der ikke kan ske lækage, og de er samtidig smidige, hvilket gør dem nemme at få både af og på. Disse kvaliteter giver desuden god komfort for børnene.