

Babyschwimmen

Das Baby kennt das Element Wasser bereits aus dem Mutterleib (Ozeanisches Gefühl), es wird sich im warmen Wasser entspannen und die gemeinsame Zeit mit den Eltern genießen.

Wassergewöhnung fördert die Bewegung und bedeutet Spiel und Spaß für Säuglinge und Kleinkinder.

Vertrauen, Sicherheit und Selbstvertrauen werden aufgebaut. Natürliche Bewegungsformen durch Kneippen, Wasserhüpfen, Atmen, Tauchen, Schweben und Gleiten die zur Fortbewegung führen.



Kinder brauchen Rituale:

1) **Duschen**

2) **Kneippen** Aktivierung des Immunsystems

Steigert die Durchblutung von Haut und Schleimhäuten

3) **Aufwärmen** durch immer in Bewegung bleiben mit Rituallied

4) **Hauptteil** variiert mit verschiedenen Bewegungsformen

5) **Ausklang** Erholung durch Kinderyoga und Rituallied

WICHTIGE INFO vor dem Babyschwimmen :

→ Das Baby 1,5 St vor dem Schwimmen stillen, das Baby ist satt, zufrieden und ausgeschlafen

→ Babywindeln fürs Schwimmen mitbringen

→ Nicht eincremen oder ölen

→ Nicht duschen bevor der Kurs anfängt und keine Becken betreten