

Wegweiser für einen gelungenen Kursstart

Kursort: St. Josef Krankenhaus Kupferdreh, Heidbergweg 22-24, 45257 Essen
Schwimmbad der Contilia Therapie und Reha, Untergeschoss -1

Sie gelangen entweder über die links liegende Treppe ins Untergeschoss durch die Tür und dann schräg rechts durch die Tür (Reha Schwimmbad ist ausgeschildert) oder über die Aufzüge, die sich auf der rechten Seite befinden in Untergeschoss -1, dann links aus dem Aufzug. Hier ist es dann ausgeschildert.

Bitte seien Sie ca. 10 Minuten vor der Kurseinheit da, damit Sie und Ihr Kind genügend Zeit zum Umziehen und Duschen haben und wir pünktlich starten können. Nach dem Kurs gibt es ausreichend Zeit zum Duschen und Umziehen.

Die eigentliche Schwimmhalle (Schwimmbecken ist durch die Glastüre zu sehen) kann 5 Minuten vor Kursbeginn zum Duschen betreten werden, bitte kommen Sie dann zum Einstieg des Beckens.

Für den Spind bitte 1€ Münze mitbringen, Einkaufchips aus Metall oder Plastik sind nicht erlaubt.

Tipps:

- Lange Haare bitte mit Haargummi zum Zopf binden
- Vor dem Schwimmen einmal auf Toilette
- Schwimmwindel für Babys und nicht trockene Kinder benutzen

Bei Anfängerschwimmkursen darf ein Elternteil bei der 1. Kursstunde gerne in der Halle zusehen. Danach müssen die Eltern/ Begleitpersonen draußen warten. So können sich Ihre Kinder besser konzentrieren und der Kursablauf wird nicht gestört.

Schwimmkissen/ Schwimmflügel, Wickelunterlagen sind in ausreichender Anzahl vorhanden.

Ich freue mich schon sehr Sie und Ihre Kinder kennenzulernen!