



## Infos auf einen Blick

**Öffnungszeiten** (außer 24.12.) auch an allen Feiertagen  
So, Mo, Mi, Do 9–22 Uhr · Di, Fr, Sa 9–23 Uhr  
Neujahr ab 10 Uhr

Textilfreies Baden täglich ab 12.00 Uhr in der gesamten  
Thermen- und Saunalandschaft.

Mittwoch und Sonntag Baden mit oder ohne Textilien in  
der gesamten Thermen- und Saunalandschaft.

Bademantel- und Handtuchverleih an der Eingangskasse.

### Kursbedingungen

Für die Kursteilnahme ist eine persönliche, schriftliche  
oder telefonische Anmeldung erforderlich. Diese ist  
verbindlich. Bitte berücksichtigen Sie, dass ein Kurs erst  
ab einer Teilnehmerzahl von 5 Kindern stattfindet.

Die Kursgebühr ist spätestens 14 Tage vor Kursbeginn  
vollständig zu bezahlen. Sie können den Betrag bar  
an unserer Thermenkasse bezahlen oder überweisen  
(unsere Kontodaten erhalten Sie in Verbindung mit Ihrer  
Anmeldung)!

Nicht in Anspruch genommene Kursstunden können  
nicht rückvergütet oder nachgeholt werden. Im Falle  
von Krankheit und gegen Abgabe eines ärztlichen  
Attestes können kulanterweise 2 Stunden in Abstim-  
mung mit dem jeweiligen Kursleiter nachgeholt werden.

**Wir freuen uns sehr auf Ihre Anmeldung!**




### Kristall Sauna-Wellnesspark mit Soletherme Bad Klosterlausnitz GmbH

Köstritzer Str. 16 · 07639 Bad Klosterlausnitz  
Tel. (03 66 01) 598-0 · Fax 598-33  
info@kristall-saunatherme-bad-klosterlausnitz.de

[www.kristall-saunatherme-bad-klosterlausnitz.de](http://www.kristall-saunatherme-bad-klosterlausnitz.de)



 **P**  
an der Therme kostenlos

 **Kostenpflichtige Reisemobil-**  
Stellplätze mit Versorgungsanschlüssen

[www.kristallbaeder.de](http://www.kristallbaeder.de)

# Kinder- Schwimmkurse



- Kaulquappen-Kurs
- Frösche-Kurs
- Delfine-Kurs



**Kristall  
Sauna-Wellnesspark  
mit Soletherme  
Bad Klosterlausnitz**





## Kaulquappen-Kurs

### Ziel und Zweck?

- Stimulation durch Spaß im Wasser
- Intensiver Körperkontakt zwischen Mutter bzw. Vater und Kind
- Kommunikation der Babys untereinander
- Kräftigung des Bindegewebes, der Nackenmuskulatur sowie der Lunge
- Fördert die Durchblutung und stärkt so das Immunsystem
- Eltern erlernen Haltegriffe, die dem Baby Sicherheit vermitteln und dennoch einen großen Bewegungsspielraum lassen

### Wo?

- Der Kurs findet vorwiegend im großen Thermenbecken mit einer Wassertemperatur von ca. 32 °C statt. Inklusiv einer Sauna-Schnupperstunde und Erholungszeiten im Natronbecken

### Voraussetzungen?

- Babys ab dem 4. Lebensmonat, die altersgerecht entwickelt sind, ihren Kopf heben und halten können und keinen Infekt der Nasenatmung haben
- Eltern sollten sich im brusttiefen Wasser sicher bewegen können

### Wann / Welcher Preis?

- 2 x wöchentlich Dienstag und Freitag 9:00 Uhr
- 10 Einheiten à 45 Minuten

€ **69,00**

Bringen Sie bitte ausreichend Aquawindeln und Handtücher mit!



## Frösche-Kurs

### Ziel und Zweck?

- Wassergewöhnung und Grundlagenbildung des Schwimmens
- Vorstufe des eigentlichen Schwimmunterrichtes
- Angstabbau
- Freude an der Bewegung im Wasser
- Ein Elternteil geht mit ins Wasser und gibt Hilfestellungen und unterstützt das Kind

### Wo?

- Der Kurs findet im großen Thermenbecken mit einer Tiefe bis zu 1,60 m und im Strömungskanal mit einer Tiefe bis zu 1,35 m und einer Wassertemperatur von ca. 32 °C statt

### Voraussetzungen?

- Kinder ab einem Alter von 2 Jahren, die gesund und nicht frisch geimpft sind  
Bitte bringen Sie zur ersten Kursstunde eine ärztliche Unbedenklichkeitsbescheinigung mit!
- Eltern sollten sich im brusttiefen Wasser sicher bewegen können

### Wann / Welcher Preis?

- 1 x wöchentlich Sonntag 9:00 Uhr
- 8 Einheiten à 45 Minuten

€ **59,00**

Alle Schwimmkurse werden von ausgebildeten Schwimmlehrern geleitet. Maximal zehn Kinder nehmen an einem Kurs teil, so dass die Gruppe überschaubar bleibt und eine individuelle und persönliche Förderung möglich ist.



## Delfine-Kurs

### Ziel und Zweck?

- Ziel ist das „Seepferdchen“-Abzeichen. Bei erfolgreicher Teilnahme und bestandener Prüfung wird das Abzeichen verliehen
- Kursinhalte sind u.a. Brustschwimmen, Tauchen und Springen

### Wo?

- Der Kurs findet im großen Thermenbecken mit einer Tiefe bis zu 1,60 m und im Strömungskanal mit einer Tiefe bis zu 1,35 m und einer Wassertemperatur von ca. 32 °C statt

### Voraussetzungen?

- Kinder ab einem Alter von 5 Jahren, die gesund und nicht frisch geimpft sind
- Empfehlenswert ist die Teilnahme am Frösche-Kurs im Vorfeld, d.h. bereits erworbene Grundlagen und Wassergewöhnung sind von Vorteil  
Bitte bringen Sie zur ersten Kursstunde eine ärztliche Unbedenklichkeitsbescheinigung mit!

### Wann / Welcher Preis?

- 2 x wöchentlich Montag und Mittwoch 17:00 Uhr
- 12 Einheiten à 45 Minuten

€ **85,00**

