



Online Ihren Wunschkurs  
buchen, bezahlen und verwalten!



Schwimmkurse Baby / Bambini



Schwimmkurse Kinder

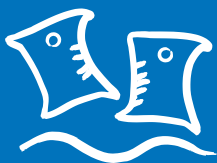


Schwimmkurse Erwachsene



Aqua Fitness Kurse

Stand: Oktober 2018



# Baby & Bambini



## Babyschwimmen

Unter Babyschwimmen versteht man das gemeinsame Spielen von Säuglingen mit ihren Eltern im Wasser.

### Übersicht:

- **10 Termine**
- **45 Minuten**
- Babys ab 8 Wochen + Elternteil
- **Baby-1** (8 Wochen - 6 Monate):  
dienstags, 10:15 - 11:00 Uhr
- **Baby-2** (6 Monate - 1 Jahr):  
freitags, 11:15 - 12:00 Uhr
- **99,00 €** inkl. Badeintritt

# Damit auch die Kleinen das Wasser lieben!



## Bambinischwimmen

Der ideale Anschlusskurs, um die Motorik und Sensorik weiter zu stimulieren. Außerdem wird das Gelernte gefestigt.

### Übersicht:

- **10 Termine**
- **45 Minuten**
- Bambinis ab 1 Jahr + Elternteil
- **Bam-1** (1 - 2 Jahre):  
dienstags, 11:15 - 12:00 Uhr
- **Bam-2** (2 - 4 Jahre):  
freitags, 14:15 - 15:00 Uhr
- **99,00 €** inkl. Badeintritt



# Kinder I.



## Wassergewöhnungskurs

Dieser Kurs bringt auf spielerische Weise den Umgang mit dem Element Wasser bei. Ängste werden abgebaut und Sicherheit vermittelt.

### Übersicht:

- **4 Termine**
- **45 Minuten**
- Kinder ab 4 Jahre
- **WGK-1** (4 - 6 Jahre):  
mittwochs, 15:15 - 16:00 Uhr
- **40,00 €** inkl. Badeintritt

**Hinweis:** Der Kurs findet ohne die Eltern statt und fördert so die Selbstständigkeit.

# Wir zeigen Euch die Grundlagen!

Angst vor Wasser? - Kein Problem der Wassergewöhnungskurs hilft!



## Kinderschwimmkurs

Unter der Anleitung erfahrener Schwimmlehrer können die Kinder im SILVANA die Grundlagen des Schwimmens erlernen.

### Übersicht:

- **10 Termine**
- **45 Minuten**
- Kinder/Nichtschwimmer ab 5 Jahre
- **99,00 € inkl. Badeintritt**

**SK-1**, montags/donnerstags, 16:15 - 17:00 Uhr

**SK-2**, mittwochs/freitags, 16:15 - 17:00 Uhr

**SK-3**, freitags, 15:15 - 16:00 Uhr

**SK-4**, montags, 15:15 - 16:00 Uhr





# Kinder II.



## Ferienschwimmkurs

Der „Crash-Kurs“ findet täglich vor Badöffnung statt, so ist ein intensiveres und nachhaltiges Lernen der Schwimmabläufe möglich.

### Übersicht:

- **10 Termine**
- **45 Minuten**
- Kinder von 6 - 8 Jahren
- **120,00 € inkl. Badeintritt**

**FK (Ostern), montags - samstags, 8:15 - 9:00 Uhr**

**FK (Pfingsten), montags - samstags, 8:15 - 9:00 Uhr**

**FK (Sommer), montags - freitags, 8:15 - 9:00 Uhr**

# Wir machen echte Schwimmer aus Euch!

Du kannst im SILVANA alle gängigen Schwimlabzeichen ablegen!



## Piratenschwimmkurs

Wer seine Fähigkeiten ausbauen möchte, um ein gekonnter Schwimmer zu werden, ist in diesem Kurs genau richtig!

### Übersicht:

- **10 Termine**
- **45 Minuten**
- Kinder/Schwimmer ab 6 Jahre
- **PK-1 (6 - 12 Jahre):**  
donnerstags, 17:15 - 18:00 Uhr
- **99,00 € inkl. Badeintritt**

**PS:** Während des Kurses kann das Abzeichen „Seeräuber“ abgelegt werden!



# Erwachsene



## Erwachsenenschwimmkurs

Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen des Brustschwimmens, der Atemtechniken, des Tauchens und eignet sich für jedes Alter.

### Übersicht:

- **10 Termine**
- **45 Minuten**
- Nichtschwimmer ab 12 Jahre
- **ESK-1** (ab 12 Jahre):  
montags, 18:15 - 19:00 Uhr
- **130,00 €** inkl. Badeintritt

**PS:** Die Gruppengröße ist extra klein, um Ihren Lernerfolg zu sichern!



# Wir vermitteln Euch die stilistischen Grundlagen!



## Kraulschwimmkurs

Genau der richtige Kurs für begeisterte Schwimmer oder für Leute die Ihre Fähigkeiten im Kraulschwimmen erweitern wollen.

### Übersicht:

- **6 Termine**
- **90 Minuten**
- Schwimmer ab 12 Jahre
- **125,00 €** inkl. Badeintritt

### Grundlagen im Kraulschwimmen:

**KK-1**, samstags, 9:15 - 10:45 Uhr

### Ausbau und Festigung des Kraulschwimmens:

**KK-2**, samstags, 9:15 - 10:45 Uhr



# Aktiv & Fit



## Wassergymnastik mit Bonuskartensystem

Es handelt sich hierbei um ein gelenkschonendes Wassertraining, das Balancevermögen und Koordination schult.

### Übersicht:

- **Offener Kurs (ohne Anmeldung)**
- **45 Minuten**
- ab 12 Jahre
- WG-1 (ab 12 Jahre):  
dienstags, 9:15 - 10:00 Uhr
- **5,00 €** zzgl. Badeintritt

**PS:** Wir bringen neuen Schwung in den Alltag und steigern das Wohlbefinden!

# Wir sorgen für den richtigen Rhythmus!



## Aqua Fitness / Mix / Zumba®

Wir bieten Ihnen ein abwechslungsreiches Fitnessstraining mit motivierender Musik, um Ausdauer und Kondition zu fördern.

### Übersicht:

- 10 Termine
- 45 Minuten
- Schwimmer ab 12 Jahre
- 99,00 € inkl. Badeintritt



AF-1, montags, 17:15 - 18:00 Uhr  
AF-2, dienstags, 19:45 - 20:30 Uhr  
AZ-1, dienstags, 18:15 - 19:00 Uhr  
AM-1, montags, 16:30 - 17:15 Uhr

Ihr Weg zu uns:




## Schweinfurt

Kurse unter:  
[kurse.silvana.de](http://kurse.silvana.de)  
Events unter:  
[silvana.de/events](http://silvana.de/events)

### Kooperationspartner:

Unsere Kurse werden von geschulten Fachpersonal durchgeführt. Wir arbeiten in diesem Bereich mit dem renommierten Dienstleister aqua magic zusammen.



 [facebook.com/SILVANASchweinfurt](https://facebook.com/SILVANASchweinfurt)

 0176 10931399

**SILVANA**  
**Sport - und Freizeitbad**  
An den Unteren Eichen 1  
97422 Schweinfurt  
☎ 09721 931 - 399  
✉ [info@silvana.de](mailto:info@silvana.de)

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