

Onlinebuchung ab 13.11.2023
unter www.sgz-friedrichsbad.de

Kontakt Friedrichsbad:

Kerckhoffstr. 20 B, 45144 Essen
Tel. 201 - 870 110
E-Mail: kurse@sgz-friedrichsbad.de

Impressum

Herausgeber
Essener Sportbund e.V. und
Essener Sport-Betriebs GmbH
Planckstr. 42 · 45147 Essen

Redaktion

Essener Sportbund e.V.

Bildquellen: Adpic
Grafik: Angelika Schlüter

Bitte gut leserlich ausfüllen. Die Anmeldung können Sie uns schicken: per Post an SGZ Friedrichsbad, Kerckhoffstr. 20 B, 45144 Essen oder per sönlich bei uns vor Ort abgeben.

ANMELDUNG Kursprogramm

Ich melde mich an zu folgendem Kurs/zu folgenden Kursen:

* Pflichtfeld

1. Kurstitel*

Kurs-Nr.* Gebühr*

2. Kurstitel*

Kurs-Nr.* Gebühr*

Name, Vorname*

Straße, Haus-Nr.*

PLZ, Wohnort*

Geburtsdatum*

Telefon* E-Mail*

Mit Ihrer Unterschrift erklären Sie sich mit der elektronischen Verarbeitung und Speicherung Ihrer personenbezogenen Daten, auch der freiwilligen Angaben, einverstanden. Zudem erklären Sie sich mit den Bedingungen der Datenerhebung und -verarbeitung gemäß EU-DS-GVO & BDSGneu vom 25.05.2018 einverstanden. Diese Einwilligung kann jederzeit schriftlich widerrufen werden. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unseren AGB (Allgemeine Geschäftsbedingungen). Mit Ihrer Kursanmeldung willigen Sie ein, dass im Falle eines coronabedingten Infektionsgeschehens Ihre Daten an die zuständigen Behörden weitergeleitet werden dürfen.

Hiermit ermächtige ich die Essener Sport-Betriebs GmbH mit dem SEPA-Lastschriftmandat die Gebühren für den / die oben eingetragenen Kurs/e per Lastschrift von meinem Konto einzuziehen. Ich erteile das Lastschriftmandat einmalig wiederholt. Die Gebühr wird mit der Anmeldung fällig.

Allgemeiner Hinweis: Innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, kann die Erstattung des belasteten Betrages verlangt werden. Es gelten dabei die mit dem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Bankinstitut, IBAN (Pflichtfeld bei Bankeinzug; Kontoinhaber ist die oben genannte Person)

Datum, Unterschrift

- ANZEIGE -



Laufsport für Groß und Klein.

Sport macht Menschen stark. Sport verbindet. Das ist gut für die Region und für unsere Zukunft. Daher fördern wir seit vielen Jahren die Sportlerinnen und Sportler von heute, wie auch die von morgen. Mehr zu unserem Engagement und unseren Laufveranstaltungen finden Sie unter sparkasse-essen.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse Essen

esbg
ESSENER
SPORT-BETRIEBS GMBH

SGZ
Friedrichsbad

Kursprogramm



Kinder

I. Trimester 2024
- ab 13.11., 9 Uhr
Online buchbar

- ANZEIGE -



stressless it

SICHERSTABILECHT

www.stressless-it.de

Ihr zuverlässiger Partner für IT-Service, Beratung,
Programmierung und Telekommunikation!



Kinderkurse

Liebe Eltern,

auch im 1. Trimester 2024 bieten wir wieder Kurse für Kinder an. Bitte achten Sie auf die Teilnahmevoraussetzungen für die Kurse. Allgemein ist es nicht möglich bei den Kinderschwimmkursen zuzuschauen. Wir bitten dies bei der Kursanmeldung zu beachten! Weitere Voraussetzungen entnehmen Sie bitte den Kurzbeschreibungen.

NEU im Programm: Kinderturnen für Kinder 3-5 Jahren

Die Wassertemperatur beträgt maximal 29°C. Für weitere Informationen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Sie und wünschen Ihnen und Ihren Kindern viel Spaß beim Sport.

Ihr Team des Friedrichsbades

Bewegungsanregung im Wasser für Eltern mit ihren Säuglingen* (Wassertemperatur 29°C)

Um Ihnen das Umkleiden vor und nach dem Kurs zu erleichtern bietet es sich an (wenn vorhanden) einen Maxi-Cosi mit in das Schwimmbad zu bringen.

3 - 18 Monate

Kurs-Nr.	Tag	Zeit	Start - Ende	Preis
025043	Fr	10:45 - 11:30	12.01. - 22.03.	10x 90 €

6 - 24 Monate

Kurs-Nr.	Tag	Zeit	Start - Ende	Preis
025044	Fr	08:45 - 09:30	12.01. - 22.03.	10x 90 €

12 - 36 Monate

Kurs-Nr.	Tag	Zeit	Start - Ende	Preis
025045	Fr	09:45 - 10:30	12.01. - 22.03.	10x 90 €

*Kursleitung: A. Rösler

NEU: Kinderturnen* (3 - 5 Jahre)

Kurs-Nr.	Tag	Zeit	Start - Ende	Preis
025046	Di	16:00 - 17:00	09.01. - 19.03.	11x 99 €

Mit Freude und Spaß an Bewegung steht die Förderung der körperlichen Entwicklung beim Kinderturnen im Vordergrund. Spielerisch werden vielfältige Bewegungsgrundlagen gefördert, die die Motorik sowie die Koordination verbunden mit unter anderem dem Gleichgewichtssinn schulen.

*Kursleitung: R. Meierkamp

Schwimmen Anfänger 1 (Nichtschwimmer)

Kurs-Nr.	Tag	Zeit	Start - Ende	Preis
025051	Do	15:45 - 16:30	11.01. - 21.03.	11x 110 €
025052	Do	16:30 - 17:15	11.01. - 21.03.	11x 110 €
025053	Sa	10:45 - 11:30	13.01. - 23.03.	11x 110 €
025054	Sa	11:30 - 12:15	13.01. - 23.03.	11x 110 €
025055	So	09:45 - 10:30	14.01. - 24.03.	11x 110 €
025056	So	10:30 - 11:15	14.01. - 24.03.	11x 110 €

Es werden Grundlagen gelegt, wie die Wassergewöhnung und die Wasserbewältigung sowie das Erlernen erster Schwimmtechniken. Je nach individuellem Fortschritt während des Kurses kann das „Seepferdchen-Abzeichen“ angestrebt werden.

- Die Kinder müssen 5 Jahre alt sein und eine Mindestgröße von 115 cm haben.
- Die Kinder sollten ab der 2. Stunde alleine unter die Dusche gehen.
- Die begleitenden Erwachsenen bringen bitte Badesandalen für den Schwimmbereich mit.
- Es ist nicht möglich den Kindern beim Kurs zuzuschauen!



Schwimmen Anfänger 2 (Vorerfahrung)

Kurs-Nr.	Tag	Zeit	Start - Ende	Preis
025057	Do	17:15 - 18:00	11.01. - 21.03.	11x 110 €
052058	Sa	10:00 - 10:45	13.01. - 23.03.	11x 110 €
025059	So	09:00 - 09:45	14.01. - 24.03.	11x 110 €
025060	So	11:15 - 12:00	14.01. - 24.03.	11x 110 €

Der Kurs ist eingerichtet für Kinder, die bereits den Kurs „Schwimmen Anfänger 1“ belegt haben, aber noch nicht mit dem „Seepferdchen“ abgeschlossen haben. Die Kinder sollten wassergewöhnt sein (=Tauchen, Gleiten, Rückenlage, etc.) und mindestens den Brustbeinschlag in Grundzügen erlernt haben.

- Die Kinder müssen 5 Jahre alt sein und eine Mindestgröße von 115 cm haben.
- Die Kinder sollten ab der 2. Stunde alleine unter die Dusche gehen.
- Die begleitenden Erwachsenen bringen bitte Badesandalen für den Schwimmbereich mit.
- Es ist nicht möglich den Kindern beim Kurs zuzuschauen!

Schwimmabzeichen „Bronze“

Kurs-Nr.	Tag	Zeit	Start - Ende	Preis
025061	Sa	12:15 - 13:00	13.01. - 23.03.	11x 110 €
025062	So	12:00 - 12:45	14.01. - 24.03.	11x 110 €

Kinder, die das Seepferdchen erworben haben, können u.a. weitere Grundschwimmarten lernen und den Erwerb des „Jugendschwimmabzeichens Bronze“ anstreben.

- Die Kinder müssen eine Mindestgröße von 115 cm haben.
- Die Kinder sollten sich alleine umziehen und unter die Dusche gehen können.
- Es ist nicht möglich den Kindern beim Kurs zuzuschauen!

Schwimmabzeichen „Silber bzw./und Gold“

Kurs-Nr.	Tag	Zeit	Start - Ende	Preis
025063	Sa	13:00 - 13:45	13.01. - 23.03.	11x 110 €
025064	So	12:45 - 13:30	14.01. - 24.03.	11x 110 €

Kinder, die das Seepferdchen erworben haben, können u.a. weitere Grundschwimmarten lernen und den Erwerb des „Jugendschwimmabzeichens Silber/ Gold“ anstreben. Der Erwerb des Jugendschwimmabzeichens „Gold“ ist ab dem 9. Lebensjahr möglich.

- Die Kinder müssen eine Mindestgröße von 115 cm haben.
- Die Kinder sollten sich alleine umziehen und unter die Dusche gehen können.
- Es ist nicht möglich den Kindern beim Kurs zuzuschauen!

Trainerteam Kinderschwimmen:

Das Team umfasst folgende Trainer: Anna, Antonia, Julia, Lisa, Marie, Marlen, Nico, Nadja, Nati und Yannik. Wir versuchen für die einzelnen Kurse so wenig Trainerwechsel wie möglich zu gewährleisten. Dies ist aber nicht immer möglich.

Für alle Kurse gilt der Anmeldebeginn: 13.11.2023

Buchen Sie unkompliziert über unsere Onlinebuchung unter www.sgz-friedrichsbad.de