

Schwimmen



© www.pixabay.com



Schwimmen und im Wasser bewegen kann viel Spaß machen.
Ob im Hallenbad im Winter oder im Freibad oder See im Sommer.
Außerdem ist es gut für den Rücken und schont die Gelenke.
Für Kinder ist es auch für ihre eigene Sicherheit wichtig, dass sie früh schwimmen lernen.

Schwimmbäder bieten häufig Wassergymnastik für Erwachsene und Schwimmkurse für alle Altersgruppen an.



Gehst Du gerne Schwimmen?

Gehst Du lieber ins Freibad oder Hallenbad?

Was machst Du dort am Liebsten?

Südbad Trier

An der Härenwies 10

54294 Trier

Telefon: 0651/1456875

E-Mail: info@suedbadtrier.de

Was gibt es dort?

- Schwimm- und Sprungbecken
- Sprungturm mit unterschiedlich hohen Plattformen
- Freizeitbecken mit zwei kleinen Betonrutschen
- Wasserspielgarten
- Beachvolleyballanlage
- Fußballbereich
- Badmintonnetz
- Tischtennis und Tischfußball
- Großes Vier-Gewinnt-Spiel und Mensch-ärgere-dich-nicht



© Amt für Bodenmanagement und Geoinformation Trier

Quelle: www.suedbadtrier.de/

Nordbad Trier

Zurmaiener Straße 120

54292 Trier

Telefon: 0651/25145

Was gibt es dort?

- Kombiniertes Schwimmer/Nichtschwimmer-Becken
- Eine Sprunganlage (1 m und 3 m)
- 25-m-Wasserrutsche
- Ein Planschbecken
- Kinderspielbereich mit Sandkasten und Spielgeräten
- Eine Liegewiese
- Eine Spielwiese mit Ballspiel-Möglichkeiten
- Kiosk mit großem Terrassenbereich und Moselblick



© Amt für Bodenmanagement und Geoinformation Trier

Quelle: www.trier.de/kultur-freizeit/sport/freibad-nord/

Freibad Ruwertal

Freibad Ruwertal
Hauptstraße 4 a
54318 Mertesdorf
Telefon: 0651 / 52336

Was gibt es dort?

- 50 m Schwimmerbecken mit 6 Bahnen und Startblöcken
- Sprungturm: 3 m, 1 m und 1 m Sprungbrett
- Nichtschwimmerbecken mit einer 25 m Wasserrutsche und einem Wasserfall zur Entspannung
- Beachvolleyballfeld
- separates Planschbecken mit Spielgeräten für die Kleinen
- Schwimmbadkiosk mit Sonnenterasse
- Wassergymnastik



© Google Maps

Preise

Erwachsene

Einzelkarte: € 3,50
 Zehnerkarte: € 30,00
 Saisonkarte: € 100,00

Jugendliche (unter 17 Jahren)

Einzelkarte: € 2,00
 Zehnerkarte: € 15,00
 Saisonkarte: € 50,00

Die Saisonkarten Erwachsene und Jugendliche sind gültig in den Freibädern Ruwertal, Trier-Süd, Trier-Nord, Schweich, Leiwen, und Kordel.

Abendtarif

Montag bis Freitag ab 17:00 Uhr: € 2,50 (nicht an Feiertagen gültig)

Familientarif

Erwachsene: € 2,50 / Jugendliche (unter 17 Jahre): € 1,50

Quelle: www.freibad-ruwertal.de



Kurse im „Das Bad an den Kaiserthermen“

Grundlagen-Schwimmkurs für Erwachsene

137,38 €

7 Termine

01:43 Std.

16 bis 130 Jahre

- selbständiges und sicheres Bewegen im Wasser
- Gruppenunterricht mit 8 Personen, gemischte Geschlechter
- Zehn Zeitstunden Unterricht verteilen sich über 6-7 Unterrichtseinheiten (meistens 2 Wochen Freitagabend, Samstag, Sonntag)

Kinderkurs ab 5 Jahren

68,69 €

10 Termine

01:00 Std.

5 bis 16 J.

- Für Kinder ohne Vorkenntnisse
- Erste Wassererfahrungen sammeln
- Spielerisch Brustschwimmen lernen
- Am Ende des Kurses kann bei Interesse freiwillig das Seepferdchen-Abzeichen gemacht werden
- Intensivkurs über 2 Wochen:
10 Tage Unterricht à 1 Std.
- Gruppenunterricht mit ca. 10 Kindern, ohne Eltern, außer beim letzten Termin (Kinder können zeigen, was sie gelernt haben)



1-Wochen-Ferienkurs für Kinder ab 6 ½ Jahren

68,69 €

5 Termine

02:00 Std.

6 J. u. 6 Mon. bis

16 Jahre

- Anfängerkurs für Kinder ohne Vorkenntnisse
- 1-Wochen-Ferien-Intensivkurs:
5 Tage Unterricht à 2 Std.
- Gruppenunterricht mit ca. 10 Kindern, ohne Eltern, außer beim letzten Termin (Kinder können zeigen, was sie gelernt haben)

Weitere Kurse (im Eintrittspreis enthalten):

| Tag | Uhrzeit | | Wo |
|-----|---------------|---|-----------------|
| Mo | 18:15 – 20:30 | Wassergymnastik | Lehrbecken |
| Di | 09:00 – 11:00 | Wassergymnastik für junggebliebene | Freizeitbecken |
| Mi | 09:30 – 10:15 | Aqua-Jogging | Springerbecken |
| | 10:15 – 11:00 | Aqua-Jogging | Springerbecken |
| Do | 09:00 – 11:00 | Wassergymnastik am Morgen | Freizeitbecken |
| | 19:00 – 20:00 | Aqua-Aerobic | Lehrbecken |
| Fr | 15:00 – 17:00 | Kinderspielnachmittag | Springerbecken |
| | 17:00 – 18:30 | Aqua-Gym | Lehrbecken |
| Sa | 09:30 – 11:00 | Baby- & Kleinkinderschwimmen mit Eltern | Lehrbecken |
| | 14:00 – 17:00 | Kinderspielnachmittag | Springerbecken |
| | 17:30 – 18:15 | Aqua - Fitness | Mehrzweckbecken |
| | 18:15 – 19:00 | Aqua - Jogging | Springerbecken |
| So | 09:30 – 11:00 | Baby- & Kleinkinderschwimmen mit Eltern | Lehrbecken |