

DU KAN VÆRE MED TIL AT HOLDE VANDET RENT !

- ◆ Gå på toilet først derefter bruseren.
- ◆ Hele kroppen uden badetøj skal sæbes ind og skylles af. Creme, makeup, hårspray mv. skal fjernes inden badning.
- ◆ Badetøj skal være rent.
- ◆ Undertøj under badetøj er ikke tilladt.
- ◆ Babyer skal have badeble og badebukser på.

◆ Kloren i vandet er ikke farlig, og hvis du smører baby ind i creme efter en tur i bassinet, kan huden sagtens tåle det. Det er heller ikke farligt, hvis baby sluger noget vand – hvilket den lille sikkert gør. Du skal ikke være bekymret for smittefare i vandet. Vandet filtreres og desinficeres.

◆ Hvis man ikke ønsker at have vådt hår, skal man have en badehætte på. Da jeres hår ligger sig i overfladen hvor jeres baby svømmer.

Husk at det er jeres lille vidunder der bader /svømmer rundt, så hjælp os med at holde det rent .



RØDDING SVØMMEKLUB

~ vi lærer dig at svømme ~



Babysvømning

Babysvømning er sundt for både motorik og sanser, og du får en dejlig tæt oplevelse med dit barn, når I

boltrer jer i vandet.

Hop trygt i baljen med baby.

Priser :

En sæson : 500kr

Efterårssæson er fra uge 33 til og med uge 50.

Forårssæson er fra uge 2 til og med uge 21.

1 mdr: 150,-

2 mdr: 300,-

3 mdr: 450,-

Babysvømning– Hvorfor er det godt for din baby?

Din baby har svømmet rundt i fostervand i ni måneder og er ikke helt uvant med det våde element. Måske er det derfor, de fleste babyer elsker at komme en tur i svømmehallen med mor og far. Babysvømning er både en hyggelig aktivitet i barslen, en god mulighed for nærhed mellem dig og baby og en blid og effektiv måde at stimulere den lilles sanser og motorik på.

Det er en hyggelig affære, hvor I laver sanglege i vandet, lærer forskellige greb og måder at føre baby rundt i vandet på og selvfølgelig også bliver kastet ud i det berygtede dyk, hvor baby tager turen helt ned under vandets overflade og op igen til en nervøst afventende, storsmilende mor og far.

Det er samspelet mellem babys bevægelser og vandets opdrift, modstand og tryk, der udfordrer motorikken. Babys syv sanser bliver også stimuleret: Syns-, høre-, lugte-, smags-, berørings-, led-muskel- og labyrintsansen. Men der er flere fordele ved babysvømning ud over den sansemotoriske udvikling og gode kontakt. Du sørger for at fastholde babys naturlige glæde ved vand og undgår vandskræk senere i barnets liv, og dit barn får en naturlig respekt for og forsigtighed i forhold til vand.

Baby får også en social oplevelse ud af gruppeaktiviteten i vandet, hvor I alle synger sammen, leger parvis eller lader de små hilse på og vinke til hinanden.

HVORNÅR ER VI KLAR?

Din baby er klar til at starte, når barnet vejer mindst fire kilo, og navlen skal være lægt. På dette tidspunkt kan din lille svømmer holde på kropsvarmen og risikerer ikke at få infektioner via navlen. Ellers skal baby blot være sund og rask. Er din baby for tidligt født plejer vi at sige skæringsdato + 3 mdr. For dit vedkommende skal du være forbi otte ugers undersøgelsen, så du er sikker på, at du selv er helet og klar til svømmehallen. Far kan eventuelt begynde på babysvømning, hvis du skal have lidt tid til at komme dig, men I gerne vil begynde med baby.

Nogle babyer viser begejstring med det samme, men det kan selvfølgelig ske, at junior ikke lige stråler af lykke, første gang I hopper i vandet. Fat mod. Der er mange indtryk og lyde i en svømmehal, og baby skal lige vænne sig til det hele. De fleste babyer bliver så overvældede af indtryk, at de bliver helt stille og bare oplever.

Det er vigtigt, at du selv er afslappet i vandet og hygger dig med aktiviteten, da din tilgang til det vil smitte af på baby. Hold øjenkontakt med baby, og tal beroligende til den lille. Bruger baby sut, kan du sagtens have den med i vandet, hvis det hjælper med at skabe tryghed.

Når I er kommet ned i vandet, er det vigtigt, at barnets krop er dækket af vand, som er varmere end luften, og baby skal helst ikke blive kold. Husk i vandet at have et blidt greb om baby, hvor du støtter, ikke holder. De medfødte reflekser gør, at barnet naturligt vil smage på vandet og sutte på din våde hud. Bliver baby meget ked af det, så gå op – måske kan I være længere tid i vandet næste gang. De første gange er I måske kun i vandet i 10-15 min, hvis barnet er 2 mdr. og der under.

Har i spørgsmål kan i altid kom og spørge os.

Vi glæder os til at hygge med jer og jeres lille vidunder.

Karen og Myrna