

Vanaf nu wil ik proberen regelmatig een nieuwsbrief te maken, alleen voor locatie Zandvoort.

Belangrijke data

De laatste zwemlessen voor de zomervakantie zijn op 19, 20 en 21 juli 2017. We starten dan weer op woensdag 6 september a.s



Op 11 juni j.l hebben deze kanjers afgezwommen in Zandvoort.

Ik mag afzwemmen organiseren in het zwembad van Zandvoort, dus geen stress voor een ander zwembad.

Bubbels zwemschool is actief op Facebook en twitter. Like Bubbels zwemschool en blij daarmee doorlopend op de hoogte van alle nieuwtjes en acties.



Tijdens de vakantie willen we natuurlijk allemaal lekker zwemmen (behalve de juf ☺).

Dat is heel erg fijn en natuurlijk vooral leuk.

Ga dan vooral plezier hebben met je kind, geen slagen oefenen. Voor mij is afleren veel moeilijker dan iets aanleren.

Het allerbelangrijkste is dat de kinderen plezier hebben in het zwembad en zich vriendjes voelen met het water.

Fijne vakantie allemaal

Wachtlijst

Helaas ontstaat er ook een wachtlijst in Zandvoort. Ik heb natuurlijk maar een beperkt aantal lessen en veel van deze lessen worden gegeven aan "speciale" kinderen. Dit was de voorwaarde waaronder ik mocht gaan starten in Zandvoort destijds. Nadat een andere zwemschool wel reguliere lessen mocht gaan verzorgen, heb ik ook die kans gegrepen. Maar dit kan dus maar op een beperkt aantal lessen. De kinderen en ik doen ons best, maar sneller kunnen en willen we niet.

Bubbels-zwemschool neemt zwemdiploma's af van Zwemonderwijsnederland

(www.zwemonderwijsnederland.nl) en van de ENVOZ (www.envoz.nl). Afhankelijk van de vaardigheden beslis ik welke diploma er wordt gezwommen.

Waterschoenen

Alle kinderen die oefenen voor het A-diploma, moeten zwemmen met waterschoenen aan. Surfschoenen zijn niet toegestaan.

Alleen deze schoenen voldoen aan de minimale eisen:



Eventueel bij mij te koop voor € 6,00 per paar. Graag per email een verzoek voor de maat. Ik neem ze dan voor je mee

Oefenen

Regelmatig krijg ik de vraag wat de ouders zelf kunnen oefenen met de kinderen. Het aanleren van de slagen is iets lastigs. Voor ons is aanleren makkelijker dan iets afleren.

Oefening 1: Te water gaan.

Laat u kind in het water springen vanaf de rand. Zorg dat de tenen altijd over de rand staan. U kunt onderstaande stappen hanteren:

Springen met twee handen vast waarbij het kind met het hoofd boven water blijft

Springen met 1 hand vast waarbij het kind gedeeltelijk onder water gaat

Springen zonder vast te houden waarbij het kind volledig onder water gaat.

Het mag logisch zijn dat er ook tussenstappen mogelijk zijn.

Oefening 2: Drijven

Met drijfmiddelen uw kind op de rug en buik laten drijven. Op de rug moet de buik omhoog zijn en de oren in het water. Op de buik moet het hoofd in het water. Tel altijd mee want dat is de stimulans voor uw kind om het nog langer vol te houden.

Oefening 3: Voortbewegen

Geef uw kind een drijfmiddel waarmee het boven water blijft. Laat uw kind trappel bewegingen maken op de rug en buik. Denk erom dat de benen recht blijven en de voeten altijd onder water.

Oefening 4: Onder water

Muntjes, ringen of andere materialen die leuk zijn voor het kind en die kunnen zinken dienen als richtpunt voor het kind om onder water te gaan. Begin ondiep en laat iets van de bodem pakken en bouw dit op naar steeds iets dieper. Belangrijk hierbij voor het kind om te weten is dat de mond onder water dicht moet zijn en de ogen open. Uitblazen onder water mag wel. Zonder materiaal kan dit ook en dan kan geteld worden hoelang het hoofd onder water kan of hoe ver onder water gezwommen wordt.

Zwemmen, anders dan de zwemles, moet vooral leuk en fijn zijn. Dus niet pushen en niet dwingen.

Veel succes,

Bubbels zwemschool