

Schwimmen
lernen,
vertiefen &
festigen



KURSPROGRAMM

April 2025 – Juli 2025

Kinderabzeichen Kurse | Jugendkurse



Finde den passenden Kurs!
Sporty hilft dir weiter unter
hallenbadallmend.ch

HALLENBAD
ALLMEND



Ein Betrieb der Sportcard Luzern

hallenbadallmend.ch

KINDERABZEICHEN KURSE

Bei den Altersstufen handelt es sich um Richtangaben.
Das Mindestalter für alle Kurse beträgt 4,5 Jahre

Krebs (4,5 – 5-jährig)



Grundlagentest 1 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Taucherli, Sprudelbad, Flugzeug, Bauchpfeil, Sprung

Seepferd (4,5 – 5-jährig)



Grundlagentest 2 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Fischauge, Luftpumpe, Seerose, Bauchpfeil mit Beinmotor, Froschsprung

Frosch (5 – 6-jährig)



Grundlagentest 3 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Motorboot, Rückenpfeil, Seehund-Schwimmen in Rücken- und Bauchlage, Purzelbaum

Pinguin (5 – 6-jährig)



Grundlagentest 4 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Handstand, Tunneltauchen, Superman, Eisbärschwimmen, Rückenkrault

Tintenfisch (6 – 7-jährig)



Grundlagentest 5 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Haifisch, Slalom mit Brustarmzug, Baumstammrollen, Schraubenkrault, Köpfler

Krokodil (6 – 7-jährig)



Grundlagentest 6 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Krault, Scheibenwischer, Krault-Brust-Mix, Wasserstampfen, Entenfüsse

Eisbär (6 – 8-jährig)



Grundlagentest 7 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Tauchwende, Delfinwelle, Brust, Wasser-Sicherheits-Check WSC

Jugendschwimmkurs Kombi 1-4



Hier lernst du nicht mehr Grundlagen, sondern du vertieft dein Erlerntes. In einer Gruppe von maximal 9 Kindern verfeinerst du im tiefen Wasser deine Schwimmtechnik. Der Kurs beinhaltet nicht nur Schwimmen, sondern auch Turmspringen und Spielspass. Ein Muss für Kinder & Jugendliche, die das Element Wasser lieben.

KINDERABZEICHEN KURSE

Montag

11 Kurseinheiten

31.3. / 7.4. / 14.4. / 5.5. / 12.5. / 19.5. / 26.5. / 2.6. / 16.6. / 23.6. / 30.6.

A127	Abzeichenkurs Krebs	Susy Hesemann	15.30 - 16.10
A128	Abzeichenkurs Pinguin	Elena Affolter	15.30 - 16.10
A129	Abzeichenkurs Frosch	Robert Vuketic	15.30 - 16.10
A130	Abzeichenkurs Krokodil	Robert Vuketic	16.15 - 16.55
A131	Abzeichenkurs Tintenfisch	Susy Hesemann	16.15 - 16.55
A132	Abzeichenkurs Seepferd	Elena Affolter	16.15 - 16.55
A134	Abzeichenkurs Tintenfisch	Elena Affolter	17.00 - 17.40
A135	Abzeichenkurs Frosch	Susy Hesemann	17.00 - 17.40
A136	Abzeichenkurs Eisbär	Elena Affolter	17.45 - 18.25
A137	Abzeichenkurs Tintenfisch	Robert Vuketic	17.45 - 18.25
A138	Abzeichenkurs Eisbär	Susy Hesemann	17.45 - 18.25

Dienstag

12 Kurseinheiten

1.4. / 8.4. / 15.4. / 6.5. / 13.5. / 20.5. / 27.5. / 3.6. / 10.6. / 17.6. / 24.6. / 1.7.

A140	Abzeichenkurs Seepferd	Tamara Reber	15.30 - 16.10
A141	Abzeichenkurs Krebs	Elena Affolter	15.30 - 16.10
A142	Abzeichenkurs Pinguin	Robert Vuketic	15.30 - 16.10
A143	Abzeichenkurs Frosch	Tamara Reber	16.15 - 16.55
A144	Abzeichenkurs Tintenfisch	Robert Vuketic	16.15 - 16.55
A145	Abzeichenkurs Pinguin	Elena Affolter	16.15 - 16.55
A146	Abzeichenkurs Eisbär	Robert Vuketic	17.00 - 17.40
A147	Abzeichenkurs Tintenfisch	Tamara Reber	17.00 - 17.40
A148	Abzeichenkurs Krebs	Elena Affolter	17.00 - 17.40
A150	Abzeichenkurs Frosch	Elena Affolter	17.45 - 18.25
A151	Abzeichenkurs Seepferd	Tamara Reber	17.45 - 18.25

Mittwoch

12 Kurseinheiten

2.4. / 9.4. / 16.4. / 7.5. / 14.5. / 21.5. / 28.5. / 4.6. / 11.6. / 18.6. / 25.6. / 2.7.

A153	Abzeichenkurs Krebs	Dominique Schmucki & Corina Caveng	14.00 - 14.40
A154	Abzeichenkurs Pinguin	Stanislav Halunenko	14.45 - 15.25
A155	Abzeichenkurs Seepferd	Dominique Schmucki & Corina Caveng	14.45 - 15.25
A156	Abzeichenkurs Krebs	Dominique Schmucki & Corina Caveng	15.30 - 16.10
A157	Abzeichenkurs Tintenfisch	Stanislav Halunenko	15.30 - 16.10
A158	Abzeichenkurs Krokodil	Stanislav Halunenko	16.15 - 16.55
A159	Abzeichenkurs Krokodil	Stanislav Halunenko	17.00 - 17.40

KINDERABZEICHEN KURSE

Donnerstag

10 Kurseinheiten

3.4. / 10.4. / 17.4. / 8.5. / 15.5. / 22.5. / 5.6. / 12.6. / 26.6. / 3.7.

A161	Abzeichenkurs Krebs	Esther Ilhan	15.30 - 16.10
A162	Abzeichenkurs Seepferd	Sina Lang	15.30 - 16.10
A163	Abzeichenkurs Frosch	Esther Ilhan	16.15 - 16.55
A164	Abzeichenkurs Pinguin	Sina Lang	16.15 - 16.55
A165	Abzeichenkurs Eisbär	Esther Ilhan	17.00 - 17.40
A166	Abzeichenkurs Krokodil	Sina Lang	17.00 - 17.40
A167	Abzeichenkurs Krebs	Sina Lang	17.45 - 18.25

Freitag

10 Kurseinheiten

4.4. / 9.5. / 16.5. / 23.5. / 30.5. / 6.6. / 13.6. / 20.6. / 27.6. / 4.7.

A168	Abzeichenkurs Krebs	Katja Flückiger	15.30 - 16.10
A169	Abzeichenkurs Krokodil	Stanislav Halunenko	15.30 - 16.10
A170	Abzeichenkurs Pinguin	Katja Flückiger	16.15 - 16.55
A171	Abzeichenkurs Eisbär	Stanislav Halunenko	16.15 - 16.55
A172	Abzeichenkurs Seepferd	Elena Affolter	16.15 - 16.55
A173	Abzeichenkurs Eisbär	Stanislav Halunenko	17.00 - 17.40
A174	Abzeichenkurs Frosch	Katja Flückiger	17.00 - 17.40
A176	Abzeichenkurs Krokodil	Katja Flückiger	17.45 - 18.25
A177	Abzeichenkurs Krokodil	Elena Affolter	17.45 - 18.25

Samstag

11 Kurseinheiten

29.3. / 05.4. / 12.4. / 10.5. / 17.5. / 24.5. / 31.5. / 07.6. / 14.6. / 21.6. / 28.6.

A120	Abzeichenkurs Tintenfisch	Stanislav Halunenko	09.00 - 09.40
A121	Abzeichenkurs Tintenfisch	Olivia Duss	09.00 - 09.40
A123	Abzeichenkurs Frosch	Olivia Duss	09.45 - 10.25
A124	Abzeichenkurs Pinguin	Olivia Duss	10.30 - 11.10
A125	Abzeichenkurs Eisbär	Stanislav Halunenko	10.30 - 11.10
A126	Abzeichenkurs Krebs	Olivia Duss	11.15 - 11.55



Termine für Niveau-Einstufung

durch Vorschwimmen:

Mo: 15.15 Uhr oder 18.30 Uhr

Frühzeitige Terminvereinbarung
notwendig. Die Termine sind
verbindlich!

hallenbadallmend.ch

JUGENDKURSE

Montag

11 Kurseinheiten

31.3. / 7.4. / 14.4. / 5.5. / 12.5. / 19.5. / 26.5. / 2.6. / 16.6. / 23.6. / 30.6.

A133	Kombikurs 1 2	Robert Vuketic	17.00 - 17.40
A139	Kombi 3 4 Jugendtraining	Robert Vuketic	18.30 - 19.10

Dienstag

12 Kurseinheiten

1.4. / 8.4. / 15.4. / 6.5. / 13.5. / 20.5. / 27.5. / 3.6. / 10.6. / 17.6. / 24.6. / 1.7.

A149	Kombikurs 1 2	Robert Vuketic	17.45 - 18.25
A152	Kombi 3 4 Jugendtraining	Robert Vuketic	18.30 - 19.10

Mittwoch

12 Kurseinheiten

2.4. / 9.4. / 16.4. / 7.5. / 14.5. / 21.5. / 28.5. / 4.6. / 11.6. / 18.6. / 25.6. / 2.7.

A160	Kombikurs 3 4	Stanislav Halunenکو	17.45 - 18.25
------	---------------	---------------------	---------------

Freitag

10 Kurseinheiten

4.4. / 9.5. / 16.5. / 23.5. / 30.5. / 6.6. / 13.6. / 20.6. / 27.6. / 4.7.

A175	Kombikurs 1 2	Elena Affolter	17.00 - 17.40
A178	Kombikurs 3 4	Stanislav Halunenکو	17.45 - 18.25

Samstag

11 Kurseinheiten

29.3. / 05.4. / 12.4. / 10.5. / 17.5. / 24.5. / 31.5. / 07.6. / 14.6. / 21.6. / 28.6.

A122	Kombikurs 3 4	Stanislav Halunenکو	09.45 - 10.25
------	---------------	---------------------	---------------



Finde den passenden Kurs.
Sporty hilft dir weiter!



Kurs-Regeln:

- Eine Kursanmeldung ist verbindlich.
- Der Zutritt ins Hallenbad ist ab Garderobe nur in Badebekleidung erlaubt! Dies gilt auch für Eltern und Begleitpersonen.
- Ab Drehkreuz ist jeder Gast eintrittspflichtig.

Bei gemischten Kursen (z.B. Krebs/Seepferd) erlangen die Kinder in der Regel nur ein Abzeichen, jedoch werden bereits Übungen beider Grundlagenkurse geübt und gefestigt.

Kursänderungen vorbehalten.

SPORTCARD

Freizeit, die bewegt.

Die Sportcard ist eine Wertkarte, die du zur bargeldlosen Bezahlung sowie als Abo-Träger einsetzen kannst.

Hol dir jetzt deine eigene Sportcard und profitiere:

- bis zu 30% Rabatt auf Eintritt oder Platzmieten in den Sportcard-Betrieben und im BaluPLUS Verbund
- bargeldlose Bezahlung
- verkürzte Wartezeit bei Drehkreuzeingängen



sportcard-luzern.ch



HALLENBAD
ALLMEND

STRANDBAD
TRIBSCHEN

WALDBAD
ZIMMEREgg

EISZENTRUM
LUZERN

SPORTCENTER
WÜRZENBACH

Hallenbad Allmend

Zihlmattweg 46
6005 Luzern

Telefon +41 41 319 37 80
hallenbad@sportcard-luzern.ch
hallenbadallmend.ch

Folge uns unter «[sportcardluzern](https://sportcardluzern.ch)»

