



In het weekeinde van 21 en 22 december a.s. is er vrijzwemmen voor de kinderen.

Per leerling mag er één extra iemand mee het water in die beschikt over minimaal 1 zwemdiploma

Wij vragen de ouders en kinderen van de zaterdaggroep 13.30 uur, om voor deze keer te komen om 14.15 uur. Dan zijn er geen problemen met omkleden.

Alle andere groepen komen gewoon op hun eigen zwemtijd zwemmen !!!

Let OP: Belangrijk Nieuws:

Op zondag 12 januari a.s. starten de lessen vanaf 8.30 uur, iedereen heeft een briefje gekregen met de zwemtijd voor die dag.

9.00 uur wordt 8.30 uur

9.50 uur wordt 9.10 uur

10.40 uur wordt 9.50 uur

11.30 uur wordt 10.30 uur

12.15 uur wordt 11.10 uur

Dit weekeinde kunnen er geen lessen gewisseld worden!!



Geplande evenementen

23-12-2019

Krsvakantie van 23 december 2019 tot en met 5 januari 2020

De lessen starten weer met ingang van 11 januari 2020.

Belangrijke mededeling

Komend weekeinde is er op veler verzoek vrijzwemmen

Nog meer belangrijk nieuws

Alle kinderen, maar dan ook iedereen, die oefent voor het A-diploma, moet vanaf nu zwemmen met waterschoenen aan. Surfeschoenen zijn niet toegestaan.

Alleen de schoenen, zoals hiernaast zijn afgebeeld, voldoen aan de minimale eisen:

Eventueel bij mij te koop voor € 6,00 per paar. Graag per email een verzoek voor de maat.

Het heeft echt een noodzaak, wij willen graag dat de kinderen beter voelen wat er met de voeten gebeurt.



De afgelopen paar keer hebben we met sommige groepen het kruipen geoefend. Kruipen is belangrijk, het zorgt ervoor dat beide lichaamshelften apart kunnen bewegen maar toch kunnen samenwerken. Zo worden bewegingen gecoördineerd en bouw je evenwicht op. Ook balans is erg belangrijk bij het leren zwemmen. Kruipen bouwt ook ruimtelijk inzicht op, hoe ver is het nog om te komen waar je wilt zijn en wanneer moet ik stoppen om niet mijn hoofd te stoten.

Ga dus eens voor de grap met je kind kruipend door de kamer.

Ook het kruislings lopen, knieheffen en je linkerhand slaat op je rechterknie en andersom is een oefening om dit te leren. Ook dit kan thuis geoefend worden.

En wat ik al eens eerder gezegd heb, het valt ons op hoeveel kinderen er door de ouders aangekleed worden. Laat je kind dat eens zelf doen en dan het liefst staand. Goed voor het oefenen van de balans en een stukje zelfstandigheid.

Ik ben benieuwd na de vakantie :)

Namens ons allemaal, heel Fijne Feestdagen en een heel Fijn 2020 gewenst.

