

## Bewegungsangebote des Schul- und Sportdepartements der Stadt Zürich

Neben dem Angebot des Schulärztlichen Dienstes an Bewegungsförderungskursen für Kinder mit wenig Bewegungserfahrung bietet das Sportamt der Stadt Zürich Kindern aller Altersstufen diverse freiwillige Schulsportangebote an. In den kostenlosen Schulsportkursen, welche direkt im Schulkreis angeboten werden sowie in den Semesterkursen mit Kostenbeteiligung können verschiedenste Sportarten ausprobiert werden. Zusätzlich gibt es in jedem Schulkreis sogenannte «offene Turnhallen» (z.B. «Spiel + Sport»). Kinder können dort ohne Anmeldung an Sonntagen Bewegung und Sport erleben.

Mehr Informationen finden Sie unter:

[www.stadt-zuerich.ch/schularzt](http://www.stadt-zuerich.ch/schularzt)

[www.sportamt.ch](http://www.sportamt.ch)

## Schulärztlicher Dienst

Kostenloser Wasserplausch für Schüler/innen ab der 3. Primarklasse

## Fit im Wasser: 2018/19

Beim Wasserplausch die Freude an Bewegung entdecken



# «Fit im Wasser»

## Kostenloser Wasserplausch für Schülerinnen und Schüler ab der 3. Primarklasse

Regelmässige Bewegung ist für die gesunde Entwicklung von Kindern von grosser Bedeutung. Der Schulärztliche Dienst der Stadt Zürich bietet deshalb den kostenlosen Bewegungskurs «Fit im Wasser» an. Er findet einmal pro Woche in einem Schulschwimmbad statt und wird von einer Schwimmlehrperson geleitet. Bei «Fit im Wasser» geht es hauptsächlich darum, dass Kinder die Freude an Bewegung entdecken und erfahren. Der Kurs ist deshalb besonders für Kinder mit wenig Bewegungserfahrung, Haltungproblemen und/oder Übergewicht geeignet.

### Inhalt und Ziel des Kurses

«Fit im Wasser» ist kein Schön- oder Schnellschwimmkurs. Ziel des Kurses ist es, die Freude der Kinder an gelenkschonenden und rückenfreundlichen Bewegungen im Wasser zu wecken. So erleben die Kinder und Jugendlichen jede Woche eine Stunde Wasserplausch: planschen, schwimmen, spielen, bewegen und Freunde kennen lernen.

Die Leitung der Bewegungskurse übernehmen ausgebildete Schwimmlehrerinnen und Schwimmlehrer.

### Besuch durch die Fachverantwortliche Bewegung

Die Angebotsleiterin des Schulärztlichen Dienstes besucht den Bewegungskurs mindestens einmal jährlich und steht nach dem Besuch für Fragen Ihrerseits zur Verfügung.

### Elternbesuchsstunde

Im Rahmen des Bewegungskurses «Fit im Wasser» findet eine Besuchsstunde statt. Am Elternanlass erfahren Sie, wie Sie mit regelmässiger Bewegung die Entwicklung Ihres Kindes positiv beeinflussen können. Zudem erhalten Sie die Möglichkeit Ihr Kind bei der Bewegung zu beobachten und die Chance sich mit anderen Eltern auszutauschen und Fragen zu stellen.

### Kosten

Keine! Trotzdem sind regelmässiges und pünktliches Erscheinen sowie eine rechtzeitige Abmeldung obligatorisch.



### Kurse

Die Kursorte, Durchführungszeiten und die Kursleitung sind abhängig vom jeweiligen Schulkreis. Detaillierte Angaben finden Sie auf nachstehender Liste.

WICHTIG: auch Kinder aus anderen Schulkreisen dürfen an den Kursen teilnehmen!

#### Schulschwimmbad Aemtler

Tag / Zeit: Do 16.30-17.15 Uhr  
Kursleitung: Alberto Trippetta  
Tel-Nr.: 044 413 59 70  
Adresse: Aemtlerstrasse 101  
8003 Zürich

#### Schulschwimmbad Grünau

Tag / Zeit: Mo 16.30-17.15 Uhr  
Kursleitung: Roger Francioni  
Tel-Nr.: 043 413 59 75  
Adresse: Grünauring 26  
8064 Zürich

#### Schulschwimmbad Hardau

Tag / Zeit: Do 16.30-17.15 Uhr  
Kursleitung: Marc Bürge  
Tel-Nr.: 044 413 59 76  
Adresse: Bullingerstrasse 62  
8004 Zürich

#### Schulschwimmbad Im Isengrind

Tag / Zeit: Di 17.15 - 18.00 Uhr  
Kursleitung: Brigitte Sennhauser  
Tel-Nr.: 044 413 59 77  
Adresse: Wolfswinkel 3  
8046 Zürich

#### Schulschwimmbad Kugeliloo

Tag / Zeit: Do 17.15 - 18.00 Uhr  
Kursleitung: Olga Pylypchuk  
Tel-Nr.: 044 413 59 78  
Adresse: Maienstrasse 9/11  
8050 Zürich

#### Schulschwimmbad Stettbach

Tag / Zeit: Do 15.45-16.30 Uhr  
Kursleitung: Flavio Seeberger  
Tel-Nr.: 044 413 59 84  
Adresse: Dübendorfstrasse 158  
8051 Zürich

### Anmeldung

Interessiert? Klären Sie mit der für Ihr Schulhaus zuständigen Schulärztin, Ihrem Kinderarzt oder der Lehrperson, ob Ihr Kind am «Fit im Wasser»-Kurs teilnehmen kann und angemeldet werden soll.

Senden Sie die Anmeldung an Sabrina Edler (Adresse auf der Anmeldung) oder geben Sie sie direkt der Kursleitung ab. Bitte beachten Sie, dass die Platzzahl beschränkt ist!

### Weitere Fragen?

Stadt Zürich  
Schulärztlicher Dienst  
Frau Sabrina Edler  
Telefon 044 413 86 70  
bewegung.sad@zuerich.ch