

Zwembad 'Den Helder'



Zwemles informatie 2025

Uw kind wordt opgeleid voor een diploma dat erkend is door de:

N.R.Z.

nationale raad zwemdiploma's



De N.R.Z. is de brancheorganisatie die het zwem A.B.C. niet alleen uitgeeft maar ook de controle hierop uitvoert.

Om volledig toegerust te zijn is het van belang om naast het A diploma ook het B en C diploma te behalen.

- A. diploma: Uw kind kan zwemmen in een omgeving die bekend en rustig is.**
- B. diploma: Uw kind kan deelnemen aan b.v. spelletjes Activiteiten georganiseerd in zwembaden.**
- C. diploma: Uw kind is volledig toegerust om te zwemmen in b.v. zwemparadijzen of deelnemen aan activiteiten in en om buitenwateren.**

INFORMATIE OVER HET ZWEM ABC, of zoals wij het noemen de

'ZEVEN SPRONG'



In deze informatie brochure vindt u alle informatie over de zwemlessen, algemene regels en voorwaarden hoe het in zwembad 'Den Helder' is geregeld.

Ons advies is om deze brochure goed door te lezen dit geeft duidelijkheid hoe onze werkwijze is betreffende de zwemlessen. Zijn er toch nog vragen, na alles gelezen te hebben, schroom dan niet en bel even dan kunnen wij het verduidelijken.

HET A DIPLOMA (de eerste 5 sprongen/niveaus)

VOOR HET BEHALEN VAN HET A. DIPLOMA ZIJN VIJF GROTE SPRONGEN NODIG, ELKE SPRONG HEEFT ZIJN EIGEN LES/NIVEAU GROEP.

U komt minimaal 1 x per week met uw kind op les (45 min.). Wanneer u het zou willen versnellen kunt u overwegen om vaker te komen (2 tot 5 maal per week). Leg uw verzoek voor en wij bekijken of er mogelijkheden zijn.

Lestijden zijn:

- | | |
|---|-------------------------|
| - maandag – dinsdag – donderdag & vrijdag | van 15:00 tot 18:00 uur |
| - woensdag | van 17:15 tot 18:45 uur |
| - zaterdag | van 10:00 tot 13:00 uur |

Wij besteden veel tijd en aandacht aan het watervrij maken. Omdat wij van mening zijn dat een kind dan, beter en met meer plezier zal leren zwemmen.

Wij werken individueel gericht. Het kan dus voorkomen dat het ene kind al na een paar lessen doorstroomt naar het volgende niveau terwijl het ander kind daar meer lessen voor nodig heeft.

Om kinderen al te laten wennen aan het gekleed zwemmen wordt er vanaf niveau 5 in een T-shirt met lange mouwen, lange broek en waterschoenen gezwommen.

Voor dat de les begint wacht u in de KLEEDKAMER tot een zweminstructeur de kinderen komt halen. Veiligheid staat voorop laat uw kind daarom niet alleen de zwemzaal op gaan.

U mag mee naar de zwemzaal (vanaf de witte tegels) om te kijken indien u geen schoenen aan heeft of sloffen (bij de kassa te koop) draagt over uw schoenen (max. 1 pers. per kind).

Waterschoenen

In de aanleerfase beenslag (buik en rug) is uit ervaring gebleken dat er in sommige gevallen veel baat is bij het dragen van plastic waterschoenen. Indien wij van mening zijn dat dit voor uw kind zou gelden dan melden wij dit en verzoeken wij u deze aan te schaffen en voor de les aan te trekken.

Zweminstructeur

Als een kind doorstroomt naar het volgende niveau krijgt het meestal een andere zweminstructeur. Bij de doorstroming naar een andere niveau groep kan het zijn dat de lestijd gewijzigd wordt. Indien dit plaats vindt krijgt uw kind een kaartje mee met daarop de andere lestijd.

Een niveaugroep is vol bij 8 á 10 kinderen in de niveaus 1, 2 en 3 en 12 kinderen in niveau 4 en 5.

Wij werken zoveel mogelijk met vaste instructeurs op de lesgroepen, maar het kan zijn dat er een vervangende instructeur ingezet wordt i.v.m. verlof of ziekte. Zwembad 'Den Helder' is een erkent leerbedrijf vandaar dat het kan voorkomen dat stagiaires meedraaien op de zwemlesgroepen. In de les map van de vaste instructeur staan de vorderingen van elk kind genoteerd zodat de invaller weet hoever een kind is. Als u vragen heeft loop dan niet de zwemzaal op maar leg uw vraag neer bij de receptiemedewerker zodat zij uw vraag door kan geven aan de zweminstructeur.

Komt u met meerdere kinderen naar het zwembad dan draagt u er zorg voor dat zij bij u blijven. Het is het niet toegestaan samen deze kinderen naar de zwemzaal te gaan.

Wanneer u een zwemleskind meeneemt van een ander dan wijzen we u erop dat u hier verantwoordelijk voor bent net als voor uw eigen kind. Indien de lestijden niet gelijk zijn dient u te wachten in de restorette of buiten en niet in de zwemzaal.

Enkele keren per jaar (2 of 3) worden er meedoen lessen georganiseerd. U mag dan als ouder/verzorger meezwemmen tijdens de les (geen broer of zus).

Leskaart

Voor aanvang van de eerste les koopt u een leskaart en pasje. U ontvangt dan een pasje met daarin een chip waarop de gegevens van uw kind staan. Voor dit pasje betaalt u eenmalig extra kosten. Op de leskaart staat de einddatum tot wanneer de lessen geldig zijn (informeer op tijd hiernaar om teleurstelling te voorkomen).

Indien de einddatum bereikt is, en er staan nog lessen op, dan VERVALLEN de resterend lessen.

Onze voorwaarden zwemleskaart zijn als bijlage toegevoegd. Voor vragen hierover kunt u zich wenden tot de receptioniste.

Heeft uw kind (medische) klachten deze graag gelijk doorgeven aan de receptioniste of zweminstructeur. Voor ons is dit belangrijke informatie om rekening mee te houden.

Gratis

Kinderen die bij ons voor het A,B of C diploma op zwemles zijn mogen GRATIS komen (oefenen) zwemmen op alle vrij- en/of sportieve zwemtijden (m.u.v. de avonduren) indien onder begeleiding van één of meerdere betalende volwassenen. Wel even de naam van lesgroep doorgeven bij de receptioniste als u hiervan gebruik maakt. Oefen datgene wat ze in de les leren. Loop a.u.b. niet op de zaken vooruit !!!!

Indien u na het behalen van een diploma niet wenst door te gaan voor een vervolg diploma, wat natuurlijk jammer is, kunt u de resterende lessen die nog op het kokertje staan om zetten naar vrij- en/of sportief zwemmen. Restitutie van de resterende lessen in contanten is niet mogelijk.

Afzwemmen

Na iedere lesperiode vindt het afzwemmen plaats. Op de lichtkrant tegenover de kassa vermelden wij de nieuwe afzwemdatums.

Als uw kind voldoet aan de eisen die gesteld zijn voor het afzwemmen, krijgt uw kind een brief mee van de zweminstructeur waarin uw kind wordt uitgenodigd te komen proefzwemmen. Tijdens het proefzwemmen wordt definitief bepaald of er diploma gezwommen kan worden. Tijdens het afzwemmen kan er een begeleider meehelpen bij het omkleden (vader met kind in de heren kleedkamer, moeder met kind in de dames kleedkamer). De toeschouwers die mee komen kunnen via de restorette de zwemzaal betreden mits de schoenen uit zijn of dat u slofjes draagt over uw schoenen. Het zwembad is aangesloten bij de N.R.Z. (Nationale Raad Zwemdiploma's). Wij werken volgens deze richtlijnen en bepalingen.

Wanneer uw kind mag afzwemmen voor het A diploma wordt er gekleed gezwommen. De kleding eisen zijn hiervoor:

- **Badkleding**
- **T-shirt, hemd of blouse met lange mouwen**
- **Lange broek (niet een pyjama, legging of broekjes die naadloos aansluiten).**
- **Schoenen, plastic, leren en/of sportschoenen (surf, of schoenen zonder vaste zool zijn niet toegestaan.**

HET B DIPLOMA (de zesde sprong van het zwem ABC)

Het behalen van het A diploma is al een hele prestatie waar de kinderen en u erg trots op mogen zijn. Maar de naam zegt het al “ het zwem ABC” na A komt B.

Bij het **B diploma** wordt de conditie nog meer vergroot, de borstcrawl en de rugcrawl wordt technisch wat beter en er komen extra vaardigheden om de hoek kijken. Ook deze lessen zijn gelijk aan het A diploma 45 minuten.

HET C DIPLOMA

De zevende en tevens laatste sprong van het zwem ABC.

Bij het **C diploma** staat het zelf redden centraal. Naast dat de conditie nog beter wordt leer je vaardigheden om je zelf of (in kleine mate) anderen te redden in een noodsituatie. Je beheerst de zwemslagen nu volledig en je durft uitdagingen aan zoals waterversnellingen die er zijn in b.v. waterpretparken of zwemmen in open water. Natuurlijk zijn er ook nog vervolg diploma's te halen zoals zwemvaardigheid 1, 2 of 3 met de diverse onderdelen als o.a. snorkelen en nog veel meer. Informeer u hierover bij de receptie of vraag de zweminstructeur er naar.

Vakanties

De zwemlessen gaan in de schoolvakantie gewoon door m.u.v. de zomer/kerstvakantie (regio Zuid) dan is er een aantal weken geen zwemles. Op speciale feestdagen is het zwembad gesloten en de zwemlessen te vervallen.

Uw zwemleskaart wordt automatisch verlengt in de periode/dag dat wij zijn gesloten.

Huisregels tijdens de zwemlessen:

- **Privacy Policy t.b.v. u en onze gegevensbescherming(zie www.zwembaddoesburg.nl)**
- **U mag de zwemzaal (witte tegels) betreden indien u geen schoenen draagt of sloffen draagt over uw schoen.**
- **U draagt zorg voor de andere kinderen die u bij u heeft, ook buiten.**
- **Omkleden in de grote kleedruimte (vader met kind bij de heren en moeder met kind bij de dames)**
- **De kinderen worden opgehaald uit de kleedkamers stuur ze niet de zwemzaal op.**

Horeca

Tijdens de zwemlessen kunt u wachten in onze restorette indien u niet naar de zwemzaal gaat. Wij hebben een open wifi verbinding (gast) waarvan u gratis gebruik kunt maken.

Bij mooi weer kunt u op ons terras buiten van de zon genieten en gaat u liever onder de zonnebank dan is dat ook mogelijk.

Tot slot, heeft u een klacht over de zwemles of over iets anders en wilt u deze niet direct delen met de receptioniste of zweminstructeur ga dan naar onze

website: www.zwembaddoesburg.nl

- **Zwemlessen**
- **Klachtenformulier en meldpunt**

Van ons mag u verwachten dat wij uw klacht serieus in behandeling nemen.



Bezoekadres : Den Helder 1, 6982DT Doesburg

Adres : Den Helder 1, 6982 DT Doesburg

Telefoonnr. : 0313 – 472022

E-mail : inschrijvingen@zwembaddoesburg.nl (zwemles gerelateerde vragen)

info@zwembaddoesburg.nl (overige vragen)

Website : www.zwembaddoesburg.nl