

KURSPROGRAMM

Dezember 2026 – März 2027

Kinderabzeichen Kurse | Jugendkurse



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

HALLENBAD
ALLMEND

SCHWIMMKLUB LUZERN

QC QualiCert

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: Luftpumpe, Schleppschiff, Flugzeug, Bauchpfeil, Sprung



Seepferd (4,5 – 5-jährig)

Grundlagentest 2 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Motorboot, Sprung Tiefwasser, Seehundschwimmen, Seerose zu Flugzeug, Fässli



Frosch (5 – 6-jährig)

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



Pinguin (5 – 6-jährig)

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



Tintenfisch (6 – 7-jährig)

Grundlagentest 5 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Scheibenwischer, Einarmiger Kraul, Köpfler, Brustbeinschlag, Wasserstampfen



Krokodil (6 – 7-jährig)

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



Eisbär (6 – 8-jährig)

Grundlagentest 7 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Brustbeinschlag in Bauchlage, Kraul, Brust-Kraul Mix, Körperwelle, Startsprung



Jugendschwimmkurs Technik 1-4

Hier lernst du nicht mehr Grundlagen, sondern du vertiefst dein Erlerntes. In einer Gruppe von maximal 10 Kindern verfeinerst du im tiefen Wasser deine Schwimmtechnik. Der Kurs fokussiert sich auf die technischen Elemente des Schwimmens.

KINDERABZEICHEN KURSE

Montag

13 Kurseinheiten

30.11. / 7.12. / 14.12. / 4.1. / 11.1. / 18.1. / 25.1. / 15.2. / 22.2. / 1.3. / 8.3. / 15.3. / 22.3.

A066	Abzeichenkurs Krebs	Robert Vuketic	14.45 - 15.25
A067	Abzeichenkurs Seepferd	Elena Affolter	15.30 - 16.10
A068	Abzeichenkurs Pinguin	Susy Hesemann	15.30 - 16.10
A069	Abzeichenkurs Frosch	Robert Vuketic	15.30 - 16.10
A070	Abzeichenkurs Pinguin	Robert Vuketic	16.15 - 16.55
A071	Abzeichenkurs Frosch	Elena Affolter	16.15 - 16.55
A072	Abzeichenkurs Seepferd	Susy Hesemann	16.15 - 16.55
A073	Abzeichenkurs Frosch	Susy Hesemann	17.00 - 17.40
A074	Abzeichenkurs Tintenfisch	Elena Affolter	17.00 - 17.40
A075	Abzeichenkurs Krokodil	Robert Vuketic	17.00 - 17.40
A077	Abzeichenkurs Krebs	Susy Hesemann	17.45 - 18.25

Dienstag

12 Kurseinheiten

1.12. / 15.12. / 5.1. / 12.1. / 19.1. / 26.1. / 16.2. / 23.2. / 2.3. / 9.3. / 16.3. / 23.3.

A079	Abzeichenkurs Krebs	Robert Vuketic	14.45 - 15.25
A080	Abzeichenkurs Frosch	Robert Vuketic	15.30 - 16.10
A081	Abzeichenkurs Seepferd	Tamara Reber	15.30 - 16.10
A082	Abzeichenkurs Tintenfisch	Tamara Reber	16.15 - 16.55
A083	Abzeichenkurs Krokodil	Robert Vuketic	16.15 - 16.55
A084	Abzeichenkurs Eisbär	Robert Vuketic	17.00 - 17.40
A085	Abzeichenkurs Frosch	Tamara Reber	17.00 - 17.40
A087	Abzeichenkurs Pinguin	Tamara Reber	17.45 - 18.25

Mittwoch

13 Kurseinheiten

2.12. / 9.12. / 16.12. / 6.1. / 13.1. / 20.1. / 27.1. / 17.2. / 24.2. / 3.3. / 10.3. / 17.3. / 24.3.

A089	Abzeichenkurs Krebs	Yalin Sahin	14.00 - 14.40
A090	Abzeichenkurs Frosch	Yalin Sahin	14.45 - 15.25
A091	Abzeichenkurs Seepferd	Stanislav Halunenko	14.45 - 15.25
A092	Abzeichenkurs Pinguin	Stanislav Halunenko	15.30 - 16.10
A093	Abzeichenkurs Pinguin	Yalin Sahin	15.30 - 16.10
A094	Abzeichenkurs Tintenfisch	Yalin Sahin	16.15 - 16.55
A095	Abzeichenkurs Krokodil	Stanislav Halunenko	16.15 - 16.55
A096	Abzeichenkurs Eisbär	Stanislav Halunenko	17.00 - 17.40
A097	Abzeichenkurs Frosch	Yalin Sahin	17.00 - 17.40
A098	Abzeichenkurs Krebs	Stanislav Halunenko	17.45 - 18.25
A099	Abzeichenkurs Seepferd	Yalin Sahin	17.45 - 18.25

KINDERABZEICHEN KURSE

Donnerstag

13 Kurseinheiten

3.12. / 10.12. / 17.12. / 7.1. / 14.1. / 21.1. / 28.1. / 18.2. / 25.2. / 4.3. / 11.3. / 18.3. / 25.3.

A100	Abzeichenkurs Krebs	Robert Vuketic	14.45 - 15.25
A101	Abzeichenkurs Pinguin	Robert Vuketic	15.30 - 16.10
A102	Abzeichenkurs Frosch	Nicole Strasser	15.30 - 16.10
A103	Abzeichenkurs Tintenfisch	Nicole Strasser	16.15 - 16.55
A104	Abzeichenkurs Krokodil	Robert Vuketic	16.15 - 16.55
A105	Abzeichenkurs Seepferd	Nicole Strasser	17.00 - 17.40
A106	Abzeichenkurs Eisbär	Robert Vuketic	17.00 - 17.40

Freitag

12 Kurseinheiten

4.12. / 11.12. / 18.12. / 8.1. / 15.1. / 22.1. / 29.1. / 19.2. / 26.2. / 5.3. / 12.3. / 19.3.

A109	Abzeichenkurs Pinguin	Stanislav Halunenko	15.30 - 16.10
A110	Abzeichenkurs Krebs	Katja Flückiger	15.30 - 16.10
A111	Abzeichenkurs Tintenfisch	Stanislav Halunenko	16.15 - 16.55
A112	Abzeichenkurs Seepferd	Elena Affolter	16.15 - 16.55
A113	Abzeichenkurs Frosch	Katja Flückiger	16.15 - 16.55
A114	Abzeichenkurs Pinguin	Katja Flückiger	17.00 - 17.40
A115	Abzeichenkurs Krebs	Stanislav Halunenko	17.00 - 17.40
A116	Abzeichenkurs Eisbär	Elena Affolter	17.00 - 17.40
A119	Abzeichenkurs Krokodil	Katja Flückiger	17.45 - 18.25

Samstag

11 Kurseinheiten

28.11. / 5.12. / 12.12. / 9.1. / 16.1. / 23.1. / 20.2. / 27.2. / 6.3. / 13.3. / 20.3.

A120	Abzeichenkurs Krebs	Yalin Sahin	09.00 - 09.40
A121	Abzeichenkurs Seepferd	Olivia Duss	09.00 - 09.40
A122	Abzeichenkurs Pinguin	Yalin Sahin	09.45 - 10.25
A123	Abzeichenkurs Frosch	Olivia Duss	09.45 - 10.25
A124	Abzeichenkurs Krokodil	Yalin Sahin	10.30 - 11.10
A125	Abzeichenkurs Tintenfisch	Olivia Duss	10.30 - 11.10
A126	Abzeichenkurs Seepferd	Yalin Sahin	11.15 - 11.55
A127	Abzeichenkurs Krebs	Olivia Duss	11.15 - 11.55



Termine für Niveau-Einstufung durch Vorschwimmen:

Diverse Zeiten jetzt online anmelden!

Frühzeitige Terminvereinbarung notwendig. Die Termine sind verbindlich!

hallenbadallmend.ch

JUGENDKURSE TECHNIK

Montag

13 Kurseinheiten

30.11. / 7.12. / 14.12. / 4.1. / 11.1. / 18.1. / 25.1. / 15.2. / 22.2. / 1.3. / 8.3. / 15.3. / 22.3.

A076	Technik 1 | 2	Robert Vuketic	17.45 - 18.25
A078	Technik 3 | 4	Robert Vuketic	18.30 - 19.10

Dienstag

13 Kurseinheiten

1.12. / 15.12. / 5.1. / 12.1. / 19.1. / 26.1. / 16.2. / 23.2. / 2.3. / 9.3. / 16.3. / 23.3.

A086	Technik 1 | 2	Robert Vuketic	17.45 - 18.25
A088	Technik 3 | 4	Robert Vuketic	18.30 - 19.10

Donnerstag

13 Kurseinheiten

3.12. / 10.12. / 17.12. / 7.1. / 14.1. / 21.1. / 28.1. / 18.2. / 25.2. / 4.3. / 11.3. / 18.3. / 25.3.

A107	Technik 1 | 2	Robert Vuketic	17.45 - 18.25
A108	Technik 3 | 4	Robert Vuketic	18.30 - 19.10

Freitag

12 Kurseinheiten

4.12. / 11.12. / 18.12. / 8.1. / 15.1. / 22.1. / 29.1. / 19.2. / 26.2. / 5.3. / 12.3. / 19.3.

A117	Technik 1 | 2	Stanislav Halunenko	17.45 - 18.25
A118	Technik 3 | 4	Elena Affolter	17.45 - 18.25

passenden Kurs finden

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

BALU PLUS

HALLENBAD ALLMEND | STRANDBAD TRIBSCHEN | WALDBAD ZIMMEREGG | EISZENTRUM LUZERN | SPORTCENTER WÜRZENBACH

Hallenbad Allmend
Zihlmattweg 46
6005 Luzern

Telefon +41 41 508 81 00
hallenbad@sportcard-luzern.ch
hallenbadallmend.ch

Folge uns unter «sportcardluzern»