

Öffnungszeiten SauerlandBAD:

Mo: 14.00 – 22.00 Uhr (in den Schulferien von NRW montags schon ab 10.00 Uhr)
Di, Do u. Fr: 10.00 – 22.00 Uhr
Mi: 7.00 – 22.00 Uhr
7.30 Uhr kostenlose Wassergymnastik
10.00 – 22.00 Uhr Damen-Sauna
Sa, So, Feiertage: 10.00 – 22.00 Uhr

Wellen-Freibad: (Mai – Sept., wetterabhängig)

Mo – Fr: 13.00 – 19.00 Uhr
Sa, So, Feiertage, Ferien NRW: 11.00 – 19.00 Uhr
Di, Frühschwimmen*: 6.30 – 8.00 Uhr

* bei jedem Wetter, Juni – August

Lange Saunanächte bis 24.00 Uhr:

- Jeden 1. Freitag im Monat

Ab 22.15 Uhr textilfreies Schwimmen für jedermann (auch ohne Saunanutzung).

In der Corona-Zeit geänderte Öffnungszeiten möglich, siehe: www.sauerland-bad.de



Piratenausbildung

Voraussetzung: Seepferdchen und mind. 50 m schwimmen können

Aufbaukurs zur Vertiefung der bisher erlernten Fähigkeiten, wobei der Spaß im Vordergrund steht.

Alter: ab 8 Jahre

Kurse 2022:

4 Schwimm-Einheiten von 15.00 – 16.00 Uhr

01. bis 04. März (Di – Fr)
13. bis 17. Juni (Mo – Fr / Fronleichnam kein Unterricht)
31. Oktober bis 04. November (Mo – Fr / Allerheiligen kein Unterricht)

Kursgebühr: 50 € pro Kind



Einfach toll!

Erwachsenen-Schwimmkurse

Kurse 2022:

9 Schwimm-Einheiten von 20.45 – 21.30 Uhr (3 Wochen, jeweils montags, dienstags und donnerstags)

07. bis 24. März
05. bis 22. Dezember

Kursgebühr: 130 € pro Person



Stilverbesserungen

der einzelnen Schwimmlagen bzw. gesundes Rückenschwimmen erlernen für Erwachsene

Kurse 2022:

9 Schwimm-Einheiten von 20.45 – 21.30 Uhr (3 Wochen, jeweils montags, dienstags und donnerstags)

24. Januar bis 10. Februar
14. November bis 01. Dezember

Kursgebühr: 130 € pro Person



Sportzentrum 1 · 57392 Schmallenberg-Bad Fredeburg
Telefon 02974 9680-0 · info@sauerland-bad.de
www.sauerland-bad.de

Anmeldungen

unter 02974 9680-0

oder an der Kasse des SauerlandBADes

Alle Kinder-Kurse können auch mit den Schmallenberger Familienkarten bezahlt werden!

Weitere Informationen:
www.sauerland-bad.de

JETZT ANMELDEN!

Stand: 10/2021



Das familienfreundliche Freizeitbad in Bad Fredeburg!

SCHWIMMEN · RUTSCHEN · SAUNIEREN

Besuchen Sie unsere Kurse im
SauerlandBAD

Baby-Schwimmen
Bambini-Schwimmen
Kinder-Schwimmkurse
Piratenausbildung
Erwachsenen-Schwimmkurse
Stilverbesserungen

Kurs-Übersicht 2022



Babyschwimmen mit Babysauna

mit einem Elternteil

Alter: 4 bis 15 Monate

Kurse 2022:

6 Schwimm-Einheiten von 10.30 – 11.15 Uhr (jeweils montags)

10. Januar bis 14. Februar
07. März bis 25. April (Osterferien kein Kurs)
09. Mai bis 20. Juni (Pfingstmontag kein Kurs)
15. August bis 19. September
14. November bis 19. Dezember

Kursgebühr: **70 €** pro Kind

Bambini-Schwimmen mit Sauna

Gemeinsam mit einem Elternteil im und am Wasser alles erkunden und den natürlichen Bewegungsdrang unterstützen.

Alter: 1 bis 2 Jahre

Kurse 2022:

6 Schwimm-Einheiten von 09.30 – 10.15 Uhr (jeweils montags)

10. Januar bis 14. Februar
07. März bis 25. April (Osterferien kein Kurs)
09. Mai bis 20. Juni (Pfingstmontag kein Kurs)
15. August bis 19. September
14. November bis 19. Dezember

Kursgebühr: **70 €** pro Kind



Seepferdchen-Abzeichen im SauerlandBAD

2 aufeinander aufbauende Schritte bis zum Seepferdchen-Abzeichen

Schritt 1 Kinder-Schwimmkurs

3 Wochen jeweils montags bis freitags
15 Schwimm-Einheiten 15.00 – 15.45 Uhr /
Kursgebühr: 135 € pro Kind

Für alle, die das Seepferdchen-Abzeichen nach den 3 Wochen noch nicht erreicht haben, gibt es den Aufbau-Schwimmkurs.

Schritt 2 Aufbau-Schwimmkurs

5 Aufbau-Schwimm-Einheiten jeweils dienstags 16.00 – 16.45 Uhr oder
5 Aufbau-Schwimm-Einheiten als Block
1 Woche Mo – Fr 15.00 – 15.45 Uhr /
Kursgebühr: 50 € pro Kind

Die Buchung der 5 Aufbau-Schwimm-Einheiten ist zum Ende des 3-wöchigen Schwimmkurses möglich. Die Schwimmtrainer/-innen werden Sie ansprechen und auch die genauen Termine mitteilen, welche dann gebucht werden können.

Kinderschwimmkurse

Alter: ab 5 Jahre

Kurse 2022:

15 Schwimm-Einheiten
von 15.00 – 15.45 Uhr
(3 Wochen, von montags bis freitags)

10. bis 28. Januar
31. Januar bis 18. Februar
07. bis 25. März
28. März bis 14. April (3. Woche Mo – Do 8.45 – 9.45 Uhr)
25. April bis 13. Mai
16. Mai bis 03. Juni (2. Woche 15.00 – 16.00 Uhr, da Christi Himmelfahrt kein Unterricht)
15. August bis 02. September



05. bis 23. September
04. bis 21. Oktober (1. Woche 8.45 – 9.45 Uhr;
2. Woche 9.00 – 9.45 Uhr;
3. Woche 15.00 – 15.45 Uhr)
14. November bis 02. Dezember
05. bis 23. Dezember

Kursgebühr: **135 €** pro Kind

Kleine Gruppe – großer Erfolg!

Zusätzliche Kinderschwimmkurse in den NRW-Sommerferien 2022:

15 Schwimm-Einheiten von 09.00 – 9.45 Uhr
(3 Wochen, von montags bis freitags)

Sommerferien: 27. Juni bis 15. Juli
18. Juli bis 05. August

Kursgebühr: **135 €** pro Kind