

MOTTAGARE
Alla intresserade av vår simskola!

AVSÄNDARE
Tillbergabadet

DATUM
2025-05-08

Simskola för barn – start i augusti 2025

Nu är det snart dags för nästa omgång av Tillbergabadets simskola! Här finns all information samlad om hur du anmäler dig.

Checklista

1. Läs igenom nedanstående information om vår simskola med start **vecka 33**
2. Anmäl dig via hemsidan senast **2025-05-25**
3. Bekräftelse på att din anmälan är mottagen visas på skärmen när du anmält dig
4. Vi börjar kontakta anmälda deltagare vecka 22 för att erbjuda plats. Då får du också information om hur du betalar för att säkra din plats.

Vår simskola för barn

Vår simskola består av

- Minisim – simskola för barn 3–5 år
- Simskola – barn från 5 år

Varje vår- och hösttermin arrangerar vi simskolor för barn. Start sker två gånger per termin och genomförs en dag i veckan under 8 tillfällen. Lektionerna är 30 minuter.

Målet med undervisningen är att stärka barnets självförtroende i vatten genom en varierad mängd övningar under säkra förhållanden. Vi arbetar med vattenvana (till exempel rörelse, balans, vara under vattnet, titta, flyta, glida, andas, hoppa och dyka), bröstsim och ryggsim.

Undervisningen sker utifrån barnets förutsättningar, i egen takt och efter förmåga. Övningar och lekar som är roliga är viktiga i inläringen, eftersom färdigheter då kan övas in under positiva förhållanden.

Tänk på att barn utvecklas i olika takt. Vissa barn känner sig direkt hemma i vattnet, andra behöver mer tid att vänja sig. Det är därför omöjligt att säga hur många lektioner ett barn behöver för att lära sig simma. Det ska på inget sätt ses som ett misslyckande om ditt barn behöver några fler lektioner – det är just träningen och leken i vattnet som gör att barnet plötsligt får allt att stämma. På samma som vi lär oss att gå innan vi kan springa får barnen hos oss lära sig plaska innan barnet kan simma.

Anmälan

Anmälan till simskolan är nu öppen via tillberga.se/tillbergabadet#simskola med kursstart **vecka 33**. Anmäl ditt barn så fort som möjligt, **senast 2025-05-25**. Platserna fylls ofta på snabbt och lottning sker vid fler anmälda än tillgängliga platser.

De som redan har påbörjat simskola hos oss har förtur.

Notera förkunskapskraven – se nedan.

Plats

Vår simskola sker i Tillbergabadet, Norra Klintvägen 15 i Tillberga.

Grupper

- Minisim – Lördag 09:00-09:30 (En förälder deltar i vattnet)
- Minisim – Lördag 09:30-10:00 (En förälder deltar i vattnet)
- Vattenvana – Måndag 16:35-17:05
- Steg 1 – Måndag 17:10-17:40
- Steg 2 – Måndag 17:45-18:15
- Steg 3 – Måndag 18:20-18:50
- Vattenvana – Onsdag 16:35-17:05
- Steg 1 – Onsdag 17:10-17:40
- Steg 2 – Onsdag 17:45-18:15
- Steg 3 – Onsdag 18:20-18:50

Efteranmälan

Vid sen anmälan – hör av dig till oss via badsporthall@tillbergags.nu, så gör vi allt vi kan för att du ska få plats.

Erbjudande om plats och betalning

Erbjudande om plats kommer att kommuniceras via e-post under **vecka 22**. Betalning sker senast vecka 22.

Betalning sker via Swish eller på plats i Tillbergabadet under [våra öppettider](#). Uteblir betalning lämnas platsen över till nästa i kö. Betalningsinformation skickas i samband med erbjudande av plats.

Kostnaden är 1080 kr (eller 1050 kr för medlem i Tillberga Grannskap).

Minisim

Minisim ger en trygg och rolig introduktion till vattnets värld. Vi fokuserar på att utveckla grundläggande simfärdigheter genom lek och övningar som stimulerar både motorik och vattenvana. Vi arbetar med vattenvana (till exempel rörelse, balans, vara under vattnet, titta, flyta, glida, andas, hoppa och dyka), bröstsim och ryggsim.

Steg	Krav	Mål
Minisim	- Inga förkunskaper - Barn 3–5 år - En förälder deltar i vattnet	Utveckla grundläggande simfärdigheter genom lek och övningar som stimulerar både motorik och vattenvana.

Simskola

Kraven gäller oavsett vad barnen har gått i för nivå tidigare. Anmäl inte ditt barn till en nivå där barnet inte uppfyller kraven, oavsett vad de har gått i för nivå tidigare.

Anmäl alltid ditt barn till ett lägre steg om du tvekar kring ditt barns förkunskaper. Det är bättre att gå ut för enkelt och bygga bra grunder än att hamna i en grupp där momenten är för svåra, så att barnet bli hämmat och rädd.

Steg	Krav	Mål
Vattenvana	- Inga förkunskaper - Från året barnet fyller 5 år	Få vattenvana och kunna doppa hela huvudet. Bubbla med näsan och glida på mage samt flyta på rygg
Steg 1	- Vattenvana - Kunna doppa hela huvudet under vattnet. Hoppa från kanten på grunt vatten utan hjälp samt hoppa från kanten på djupt vatten med hjälp.	- Få god vattenvana - I det här steget övar vi mer på bentagen samt att glida och flyta.
Steg 2	- God vattenvana - Kunna hoppa på djupt vatten och ta sig in till kanten utan hjälp. Kunna glida och flyta utan hjälp.	- Kunna simma 10 m bröstsim med korrekta arm- och bentag med huvudet över vattnet och 10 m ryggsim utan flythjälp. - I detta steg fokuserar vi på att utveckla tekniken både i bröstsim och ryggsim. Vi övar upp orken i simningen för att klara av längre simsträckor. Vi övar mer på djupt vatten.
Steg 3	Kunna simma 10 meter bröst- och ryggsim. Kunna flyta på rygg utan hjälp.	Vi övar upp framdriften och finslipar tekniken i simningen. Vi ökar simsträckorna för både bröst- och ryggsim på djupt vatten. Vi övar även på att dyka och att vattentrampa.

Bastu

Bastun hålles avstängd vid simskola, då den är obevakad.

Ytterdörr

Dörren öppnas 15 minuter innan lektionsstart och låses automatiskt när lektionen startar.

Omklädningsrum

Barn följer med föräldrar till föräldrarnas omklädningsrum. I Tillbergabadet har vi herr- respektive damomklädningsrum.

I våra omklädningsrum förekommer både manlig och kvinnlig personal.

Blöjbadbyxor

Alla barn under 3 år, eller om behov därefter finns, måste bära godkända blöjbadbyxor (engångsbadblöjor är inte tillåtna) med dragsko runt benen. Fråga gärna våra simlärare om du är osäker!

Nästa omgång

Anmälan till nästa simskoleomgång kommer att öppna på vår hemsida vecka 39.

Varmt välkommen till oss på Tillbergabadets simskola!

Tillbergabadet

Tillberga Grannskap

Telefon: 021-81 65 70

E-post: badsporthall@tillbergags.nu

Bokningsregler

Vi förbehåller oss rätten att flytta barn till annan nivå med annan tid och veckodag om barnet inte uppnår förkunskapskraven för anmäld kursnivå. Om flytt inte är möjligt och platsen inte fylls på av ny deltagare förbehåller vi oss möjligheten att inte återbetala resterande kurstillfällen.

Vi erbjuder inte pengarna tillbaka vid påbörjad kurs om barnet skulle bli sjuk eller frånvarande av annan anledning. Om ett simskoletillfälle ställs in från vår sida kan simskolan komma att utökas med ett tillfälle efter sista ordinarie tillfälle.