

Schwimmen
lernen,
vertiefen &
festigen



KURSPROGRAMM

April – Juli 2026

Kinderabzeichen Kurse | Jugendkurse



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

HALLENBAD
ALLMEND



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)



Grundagentest 1 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Taucherli, Sprudelbad, Flugzeug, Bauchpfeil, Sprung

Seepferd (4,5 – 5-jährig)



Grundagentest 2 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Fischauge, Luftpumpe, Seerose, Bauchpfeil mit Beinmotor, Froschsprung

Frosch (5 – 6-jährig)



Grundagentest 3 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Motorboot, Rückenpfeil, Seehund-Schwimmen in Rücken- und Bauchlage, Purzelbaum

Pinguin (5 – 6-jährig)



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

Tintenfisch (6 – 7-jährig)



Grundagentest 5 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Haifisch, Slalom mit Brustarmzug, Baumstammrollen, Schraubenkraul, Köpfler

Krokodil (6 – 7-jährig)



Grundagentest 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)



Grundagentest 7 der Schwimmabzeichen. In einer Gruppe von maximal 8 Kindern lernst du folgende Übungen: Tauchwende, Delfinwelle, Brust, Wasser-Sicherheits-Check WSC

Jugendschwimmkurs Kombi 1-4



Hier lernst du nicht mehr Grundlagen, sondern du vertiefst dein Erlerntes. In einer Gruppe von maximal 9 Kindern verfeinerst du im tiefen Wasser deine Schwimmtechnik. Der Kurs beinhaltet nicht nur Schwimmen, sondern auch Turmspringen und Spielspass. Ein Muss für Kinder & Jugendliche, die das Element Wasser lieben.

KINDERABZEICHEN KURSE

Montag

10 Kurseinheiten

20.04. / 27.04. / 04.05. / 11.05. / 18.05. / 01.06. / 08.06. / 15.06. / 22.06. / 29.06.

| | | | |
|------|---------------------------|-------------------------------|---------------|
| A120 | Abzeichenkurs Krebs | jetzt buchbar | 14.45 - 15.25 |
| A121 | Abzeichenkurs Seepferd | ab 25.03. buchbar* | 15.30 - 16.10 |
| A122 | Abzeichenkurs Frosch | ab 25.03. buchbar* | 15.30 - 16.10 |
| A123 | Abzeichenkurs Pinguin | ab 25.03. buchbar* | 15.30 - 16.10 |
| A124 | Abzeichenkurs Krokodil | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A125 | Abzeichenkurs Tintenfisch | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A126 | Abzeichenkurs Eisbär | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A127 | Abzeichenkurs Pinguin | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A128 | Abzeichenkurs Krebs | jetzt buchbar | 17.00 - 17.40 |
| A129 | Abzeichenkurs Frosch | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A131 | Abzeichenkurs Eisbär | ab 25.03. buchbar* | 17.45 - 18.25 |

Dienstag

11 Kurseinheiten

21.04. / 28.04. / 05.05. / 12.05. / 19.05. / 26.05. / 02.06. / 09.06. / 16.06. / 23.06. / 30.06.

| | | | |
|------|---------------------------|-------------------------------|---------------|
| A133 | Abzeichenkurs Krebs | jetzt buchbar | 14.45 - 15.25 |
| A134 | Abzeichenkurs Seepferd | ab 25.03. buchbar* | 15.30 - 16.10 |
| A135 | Abzeichenkurs Frosch | ab 25.03. buchbar* | 15.30 - 16.10 |
| A136 | Abzeichenkurs Pinguin | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A137 | Abzeichenkurs Tintenfisch | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A138 | Abzeichenkurs Pinguin | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A139 | Abzeichenkurs Krokodil | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A141 | Abzeichenkurs Eisbär | ab 25.03. buchbar* | 17.45 - 18.25 |



* **Warteliste:** Setze dich auf unsere [Warteliste](#) und du erhältst eine Woche vor offiziellem Buchungstermin einen Frühbucher-Code und hast dadurch eine frühere Buchungsmöglichkeit.

Online-Termine für Niveau-Einstufung

durch Vorschwimmen:

diverse Zeiten

[jetzt online anmelden!](#)

Frühzeitige Terminvereinbarung
notwendig. Die Termine sind
verbindlich!

hallenbadallmend.ch



KINDERABZEICHEN KURSE

Mittwoch

11 Kurseinheiten

22.04. / 29.04. / 06.05. / 13.05. / 20.05. / 27.05. / 03.06. / 10.06. / 17.06. / 24.06. / 01.07.

| | | | |
|------|---------------------------|-------------------------------|---------------|
| A143 | Abzeichenkurs Krebs | jetzt buchbar | 14.00 - 14.40 |
| A144 | Abzeichenkurs Seepferd | ab 25.03. buchbar* | 14.45 - 15.25 |
| A145 | Abzeichenkurs Frosch | ab 25.03. buchbar* | 14.45 - 15.25 |
| A146 | Abzeichenkurs Tintenfisch | ab 25.03. buchbar* | 15.30 - 16.10 |
| A147 | Abzeichenkurs Pinguin | ab 25.03. buchbar* | 15.30 - 16.10 |
| A148 | Abzeichenkurs Krebs | jetzt buchbar | 16.15 - 16.55 |
| A149 | Abzeichenkurs Seepferd | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A150 | Abzeichenkurs Frosch | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A151 | Abzeichenkurs Pinguin | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A152 | Abzeichenkurs Eisbär | ab 25.03. buchbar* | 17.45 - 18.25 |
| A153 | Abzeichenkurs Krokodil | ab 25.03. buchbar* | 17.45 - 18.25 |

Donnerstag

9 Kurseinheiten

23.04. / 30.04. / 07.05. / 21.05. / 28.05. / 11.06. / 18.06. / 25.06. / 02.07.

| | | | |
|------|---------------------------|-------------------------------|---------------|
| A154 | Abzeichenkurs Seepferd | ab 25.03. buchbar* | 15.30 - 16.10 |
| A155 | Abzeichenkurs Krebs | jetzt buchbar | 15.30 - 16.10 |
| A156 | Abzeichenkurs Frosch | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A157 | Abzeichenkurs Pinguin | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A158 | Abzeichenkurs Tintenfisch | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A159 | Abzeichenkurs Krokodil | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A160 | Abzeichenkurs Eisbär | ab 25.03. buchbar* | 17.45 - 18.25 |

Freitag

11 Kurseinheiten

24.04. / 01.05. / 08.05. / 15.05. / 22.05. / 29.05. / 05.06. / 12.06. / 19.06. / 26.06. / 03.07.

| | | | |
|------|---------------------------|-------------------------------|---------------|
| A162 | Abzeichenkurs Krebs | jetzt buchbar | 15.30 - 16.10 |
| A163 | Abzeichenkurs Seepferd | ab 25.03. buchbar* | 15.30 - 16.10 |
| A164 | Abzeichenkurs Pinguin | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A165 | Abzeichenkurs Seepferd | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A166 | Abzeichenkurs Frosch | ab 25.03. buchbar* | 16.15 - 16.55 |
| A167 | Abzeichenkurs Eisbär | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A168 | Abzeichenkurs Krokodil | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A169 | Abzeichenkurs Tintenfisch | ab 25.03. buchbar* | 17.00 - 17.40 |
| A172 | Abzeichenkurs Krebs | jetzt buchbar | 17.45 - 18.25 |

Samstag

11 Kurseinheiten

25.04. / 02.05. / 09.05. / 16.05. / 23.05. / 30.05. / 06.06. / 13.06. / 20.06. / 27.06.

| | | | |
|------|---------------------------|-------------------------------|---------------|
| A173 | Abzeichenkurs Seepferd | ab 25.03. buchbar* | 09.00 - 09.40 |
| A174 | Abzeichenkurs Krebs | jetzt buchbar | 09.00 - 09.40 |
| A175 | Abzeichenkurs Pinguin | ab 25.03. buchbar* | 09.45 - 10.25 |
| A176 | Abzeichenkurs Frosch | ab 25.03. buchbar* | 09.45 - 10.25 |
| A177 | Abzeichenkurs Tintenfisch | ab 25.03. buchbar* | 10.30 - 11.10 |
| A178 | Abzeichenkurs Krokodil | ab 25.03. buchbar* | 10.30 - 11.10 |
| A179 | Abzeichenkurs Eisbär | ab 25.03. buchbar* | |
| A180 | Abzeichenkurs Krebs | jetzt buchbar | |

JUGENDKURSE

Montag

10 Kurseinheiten

20.04. / 27.04. / 04.05. / 11.05. / 18.05. / 01.06. / 08.06. / 15.06. / 22.06. / 29.06.

| | | | |
|------|---------------|--------------------|---------------|
| A130 | Kombikurs 1 2 | ab 25.03. buchbar* | 17.45 - 18.25 |
| A132 | Kombikurs 3 4 | ab 25.03. buchbar* | 18.30 - 19.10 |

Dienstag

11 Kurseinheiten

21.04. / 28.04. / 05.05. / 12.05. / 19.05. / 26.05. / 02.06. / 09.06. / 16.06. / 23.06. / 30.06.

| | | | |
|------|---------------|--------------------|---------------|
| A140 | Kombikurs 1 2 | ab 25.03. buchbar* | 17.45 - 18.25 |
| A142 | Kombikurs 3 4 | ab 25.03. buchbar* | 18.30 - 19.10 |

Donnerstag

9 Kurseinheiten

23.04. / 30.04. / 07.05. / 21.05. / 28.05. / 11.06. / 18.06. / 25.06. / 02.07.

| | | | |
|------|---------------|--------------------|---------------|
| A161 | Kombikurs 1 2 | ab 25.03. buchbar* | 18.30 - 19.10 |
|------|---------------|--------------------|---------------|

Freitag

11 Kurseinheiten

24.04. / 01.05. / 08.05. / 15.05. / 22.05. / 29.05. / 05.06. / 12.06. / 19.06. / 26.06. / 03.07.

| | | | |
|------|---------------|--------------------|---------------|
| A170 | Kombikurs 3 4 | ab 25.03. buchbar* | 17.45 - 18.25 |
| A171 | Kombikurs 1 2 | ab 25.03. buchbar* | 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. Fragen Sie am Empfang nach dem Begleiteintritt

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



HALLENBAD
ALLMEND

STRANDBAD
TRIBSCHEN

WALDBAD
ZIMMEREgg

EISZENTRUM
LUZERN

SPORTCENTER
WÜRZENBACH

Hallenbad Allmend
Zihlmattweg 46
6005 Luzern

Telefon +41 41 319 37 80
hallenbad@sportcard-luzern.ch
hallenbadallmend.ch

Folge uns unter «sportcardluzern»

