



Schwimmen an der Lutherschule

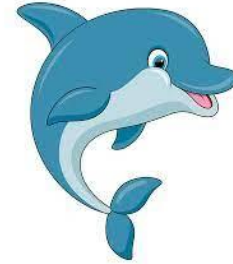
Paderborn, 07.09.2026

Liebe Kinder der Klassen 3 und 4,

ab Montag, 14.09.2026 dem beginnt für euch der Schwimmunterricht in der Schwimmoper. Die Klassen 3b und 4b fahren mit dem Bus zum Schwimmbad, die Klassen 3a, 3c, 4a und 4c laufen vom Haupthaus aus dorthin.

Für den Schwimmunterricht brauchst du:

- Badehose (keine knielangen Shorts) oder
- Badeanzug (keinen Bikini)
- eine Badehaube, wenn du möchtest
- Handtuch, Haarbürste
- Fön (Es gibt Haartrockner im Schwimmbad, aber diese reic aus.)
- Kopfbedeckung (Kapuze, Mütze) und eine Jacke, sobald es draußen kühler ist
- Haargummi, wenn du lange Haare hast
- Schwimmbrillen sind nur zum Schwimmen, nicht zum Tauchen und Springen erlaubt.



Den Badeanzug oder die Badehose ziehst du erst im Schwimmbad an. Wertsachen (Uhren, Schmuck, Geld, ...) bleiben am Schwimmtag zu Hause. Ohringe müssen vorher herausgenommen werden. Alle deine Sachen packst du in einen Schrank in der Umkleidekabine.

Vor und nach dem Schwimmunterricht duschen wir uns. Für das gründliche Waschen von langen Haaren reicht meistens die Umziehzeit von 15-20 Minuten nicht. Daher solltest du das lieber zu Hause machen. In der Umkleidekabine steckst du alle deine Sachen in einen Schrank oder in deine Tasche.

Im Schwimmbad halten wir uns an die **Regeln**:

- Ich warte auf der Bank im Schwimmbad, bis der Unterricht beginnt.
- Am Beckenrand gehe ich langsam, denn die nassen Fliesen sind sehr rutschig und daher gefährlich.
- Ich gehe erst ins Wasser, wenn die Lehrerin es erlaubt.
- Ich höre auf die Anweisungen der Schwimmlehrerin / des Schwimmlehrers.

Nach dem Schwimmunterricht rubble ich zuerst meine Haare, dann den Körper mit dem Handtuch trocken. Da sehr viele Kinder vor allem das Rubbeln von Haaren vergessen, musst du es zu Hause mit Mama oder Papa richtig üben. Wenn wir uns bemühen, diese Absprachen und Regeln einzuhalten, wird der Schwimmunterricht bestimmt allen Freude machen.

Deine Schwimmlehrerinnen und Schwimmlehrer