



Bereits seit 13 Jahren bietet die Reha Vita in Cottbus das Babyschwimmen an. Die Kurse, in denen Babys ab einem Alter von drei Monaten ihre Mobilität im Wasser erproben können, sind sehr beliebt. Eine frühzeitige Anmeldung empfiehlt sich. Foto: Reha Vita

Wie ein Fisch im Wasser.....

Babyschwimmen – ein feucht-fröhlicher Spaß für Eltern und Kinder

Noch bevor sie krabbeln und laufen, können Babys im Wasser ihre Mobilität erproben. Beim Babyschwimmen sind die Kleinen ganz in ihrem Element. Das fröhliche Treiben im Becken soll Eltern und Kindern in erster Linie Spaß machen.

„Um Missverständnissen gleich vorzubeugen: Babys können nicht schwimmen, und es geht uns in unseren Kursen auch nicht darum, es ihnen beizubringen“, sagt Diane Brandl. Die Physiotherapeutin betreut gemeinsam mit ihrer Kollegin Michaela Halkow das Babyschwimmen bei der Reha Vita in Cottbus.

Drei Monate sind die jüngsten Teilnehmer alt. „Die Babys sollten mindestens sechs Kilo wiegen, sonst kann ihr Körper die Temperaturunterschiede nicht ausgleichen“, erklärt Michaela Halkow das Mindestalter. Dann seien die Winzlinge bereit, gemeinsam mit Mama oder Papa im 33 Grad warmen Wasser zu planschen.

„Die Babys haben keine Angst vor dem Wasser. Sie kennen das Gefühl, sich in einer Flüssigkeit zu bewegen, noch aus dem Mutterleib“, sagt Michaela Halkow. Nun ins Wasser zurück-

zukehren, sei für die Kleinen trotzdem eine tolle Erfahrung. „An Land können sich die Kinder aus eigener Kraft nur in der Rücken- oder Bauchlage bewegen. Im Becken nimmt ihnen das Wasser ihr Gewicht ab. Ihre kleinen Körper schweben, Bewegungen fallen leichter. Gestützt durch das Wasser können sie aus der Horizontalen in die Vertikale kommen“, erklärt sie.

Reiz für die Sinne

„Durch die Bewegung im Wasser wird die Wahrnehmung der Babys angeregt. So reizen etwa die Temperatur und der Druck des Wassers die Sinne der Kinder“, ergänzt Diane Brandl. „Auch die

Spielgeräte, die wir einsetzen, tragen dazu bei. Bunte Bälle bieten visuelle Reize und ihre glatte Oberfläche können die Kinder ertasten. Die Poolnudeln quietschen, wenn man mit nassen Händen darüberreibt. Und Kinder im Krabbelalter können auf dem labilen Untergrund der Schaumstoffmatten ihren Gleichgewichtssinn schulen.“ Die beiden Physiotherapeutinnen haben die Erfahrung gemacht, dass die kleinen Teilnehmer ihrer Kurse oft eine größere Rumpfstabilität haben als

ihre Altersgenossen. Andererseits bietet Babyschwimmen den Expertinnen die Möglichkeit, eventuelle Auffälligkeiten in der Motorik der Kinder zu erkennen. „So haben wir die Chance, frühzeitig mit einer Therapie ansetzen zu können“, sagt Michaela Halkow. In den Babyschwimmkursen der Reha Vita gibt es feste Rituale. „Die Erwachsenen singen immer das gleiche Eröffnungs- und Schlusslied. Die Kinder erkennen diese Melodien wieder. Das schafft eine auch für sie wahrnehmbare Struktur“, sagt Diane Brandl. Interessant sei es für sie als Kursleiterinnen und für die Eltern zu beobachten, wie die Babys im Wasser aufeinander reagieren. „Fängt eins an zu strampeln oder zu plappern, machen die anderen mit“, erzählt Diane Brandl.

Spaß steht im Vordergrund

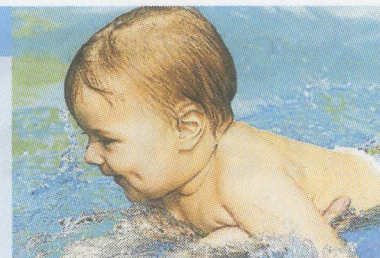
Überhaupt sei der Babyschwimmkurs auch für die teilnehmenden Mütter und Väter ein Erlebnis. „Die gemeinsame Aktivität im Wasser stärkt die Bindung zwischen Baby und Elternteil“, sagt Michaela Halkow. „Außerdem legen wir großen Wert darauf, dass die Kurse nicht nur den Kindern, sondern auch den Erwachsenen Spaß machen. Und auch der soziale Aspekt ist nicht unwichtig. Ein Babyschwimmkurs ist für die Muttis und Vatis in der Elternzeit eine gute Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen.“ So seien beim Babyschwimmen schon viele Freundschaften geschlossen worden, die das Ende der Kurse um den ersten Geburtstag der Kinder herum, lange überdauert haben. » Nicole Nocon



Adressen

Folgende Einrichtungen in Cottbus und Umgebung bieten Babyschwimmkurse an:

- Reha Vita Cottbus, Feigestraße 1, 03046 Cottbus, Infos und Anmeldung unter Telefon 0355 48551-10
- Lagune Sport- und Freizeitbad, Sielower Landstraße 19, 03044 Cottbus, Infos und Anmeldung unter Telefon 0355 49498410
- MediClin Reha-Zentrum Spree-



wald, Zur Spreewaldklinik 14, 03096 Burg/Spreewald, Infos und Anmeldung unter Telefon 035603 63-0