

Schweizerische Schwimmschule mit Qualitätslabel

**aQuality.ch**

Powered by swimsports.ch

# Kursangebote 2021

## Schwimmschule Liestal GmbH



## Koordination und Leitung Schwimmschule Liestal GmbH

Caroline Camprubi  
Schwimminstruktorin

www.schwimmschuleliestal.ch  
IBAN: CH40 0900 0000 6187 2818 5

### Kursorte

**Sport- und Volksbad Gitterli AG**  
Militärstrasse 14, 4410 Liestal

**Eingliederungsstätte ESB**  
Schauenburgerstrasse 16, 4410 Liestal



### Postadresse

Schwimmschule Liestal GmbH  
Postfach 736  
4127 Birsfelden



### Bürozeiten

Dienstag: 09.00 – 10.00 Uhr  
Donnerstag: 17.00 – 18.00 Uhr

Telefon: 0848 44 10 10

Ausserhalb der Bürozeiten:  
E-Mail: [info@schwimmschuleliestal.ch](mailto:info@schwimmschuleliestal.ch)

## Kurswesen der Schwimmschule Liestal GmbH

Die Schwimmschule Liestal wird per 01. Januar 2021 mit dem AQuality Zertifikat, einem schweizerischen **Qualitätslabel** ausgezeichnet. Viele Versicherungen leisten eine Teilerstattung aus der Zusatzversicherung.

Wir haben für Sie folgende Angebote im Jahr 2021:

- Seite 2–3 Kinderkurse im Gitterlibad
- Seite 5 Kleinkindkurse im Gitterlibad
- Seite 6 Erwachsenenkurse / Privatunterricht im Gitterlibad
- Seite 7 Intensivkurse in den Sommer- und Herbstferien im Gitterlibad
- Seite 8 Kleinkindkurse und Privatunterricht in der Eingliederungsstätte
- Seite 9 Wassergymnastik in der Eingliederungsstätte

Mit Beginn des Kurssemesters 2021 werden neu 16 Lektionen Wassergewöhnungs- bzw. Kinderschwimmkurse angeboten. Dies ermöglicht Ihren Kindern einen intensiveren Aufbau und die Vertiefung des Gelernten (ohne Absenzen können durchaus zwei Abzeichen erlangt werden).

Desweiteren legen wir zukünftig ein erhöhtes Augenmerk auf das Thema Sicherheit am und im Wasser. Alle Kursleiter\*innen sind im Besitz einer gültigen Wassersicherheitsausbildung, welche regelmässig erneuert wird.

Da Ertrinken bei Kindern immer noch die zweithäufigste Todesursache ist, möchten wir vertieft auf das Thema Sicherheit eingehen und auf spielerische und leicht verständliche Art und Weise die Kinder zum bewussten Verhalten im Wasser sensibilisieren.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung

Caroline Camprubi Et Team  
Ihre Schwimmschule mit Qualität

## Kinderschwimmen ab 4 Jahren

(Die Kinder müssen vor Kursstart 4 Jahre alt sein)

Die Kinder werden in verschiedenen Stärkegruppen unterrichtet, von der Wasserangewöhnung zur Wassersicherheit bis hin zum korrektem Erlernen der Schwimm-lagen Crawl, Brust und Rückencrawl. Alle Kinder erhalten bei Bestehen der geforderten Elemente ein Abzeichen resp. ein Trostabzeichen (Infoblatt zu den Testbedingungen finden Sie auf [www.schwimmschuleliestal.ch](http://www.schwimmschuleliestal.ch)).

<b>Nr. 1</b> 	<b>Krebs (max. 7 Kinder):</b> Wassergewöhnung, Erlernen von Tauchen und Atmen, Schweben und Gleiten in der Bauchlage	Montag 15.45 – 16.25 Uhr Dienstag 14.45 – 15.25 Uhr Mittwoch 15.30 – 16.10 Uhr Donnerstag 14.45 – 15.25 Uhr 15.30 – 16.10 Uhr Freitag 15.30 – 16.10 Uhr 16.15 – 16.55 Uhr 17.00 – 17.40 Uhr Samstag 08.45 – 09.25 Uhr 09.30 – 10.10 Uhr 10.15 – 10.55 Uhr 11.45 – 12.25 Uhr 12.30 – 13.10 Uhr
	<b>Nr. 2</b> 	<b>Seepferd (max. 8 Kinder):</b> Tauchen und Springen, Abstossen und Gleiten/Antreiben in Bauchlage sowie Schweben in der Rückenlage
<b>Nr. 3</b> 	<b>Frosch (max. 9 Kinder):</b> Abstossen und Gleiten in Rückenlage, 5–10 m Schwimmen in Bauch- und Rückenlage im Tiefwasser	Montag 17.15 – 17.55 Uhr Dienstag 17.00 – 17.40 Uhr 17.45 – 18.25 Uhr Mittwoch 17.00 – 17.40 Uhr Donnerstag 16.55 – 17.35 Uhr 17.45 – 18.25 Uhr Freitag 17.00 – 17.40 Uhr 17.45 – 18.25 Uhr Samstag 08.45 – 09.25 Uhr 09.30 – 10.10 Uhr 11.00 – 11.40 Uhr

<b>Nr. 4</b> 	<b>Pinguin (max. 9 Kinder):</b> Distanztauchen, Koordination Körper/Beine/Atmung in Bauchlage sowie Einführung in die Schwimmage Rücken-crawl, 10 – 15 m Schwimmen im Tiefwasser	Dienstag 17.45 – 18.25 Uhr Mittwoch 17.45 – 18.25 Uhr Donnerstag 17.45 – 18.25 Uhr Freitag 17.45 – 18.25 Uhr Samstag 10.15 – 10.55 Uhr 11.45 – 12.25 Uhr
<b>Nr. 5</b> 	<b>Tintenfisch (max. 9 Kinder):</b> Einführung Seitenatmung im Crawlswimmen, Festigen der Schwimmage Rückencrawl, Köpfler, 15 – 25 m Schwimmen in Bauch- und Rückenlage im Tiefwasser	Dienstag 16.15 – 16.55 Uhr 18.30 – 19.10 Uhr Donnerstag 16.15 – 16.55 Uhr 18.20 – 19.00 Uhr Samstag 11.00 – 11.40 Uhr
<b>Nr. 6</b> 	<b>Krokodil (max. 9 Kinder):</b> Festigen der Schwimmage Crawl, Einführung ins Brustschwimmen	Dienstag 16.15 – 16.55 Uhr 17.00 – 17.40 Uhr Donnerstag 16.15 – 16.55 Uhr 17.00 – 17.40 Uhr Samstag 10.15 – 10.55 Uhr 11.45 – 12.25 Uhr
<b>Nr. 7</b> 	<b>Eisbär (max. 9 Kinder):</b> Festigen der Schwimmage Brust, Tauchwende, WSC Wasser-Sicherheitscheck (u.a. 50 m Schwimmen am Stück)	Dienstag 17.00 – 17.40 Uhr Donnerstag 17.00 – 17.40 Uhr Samstag 08.45 – 09.25 Uhr 09.30 – 10.10 Uhr 11.45 – 12.25 Uhr
<b>Nr. 8</b> 	<b>Wal (max. 9 Kinder):</b> Crawl-, Rücken- und Brustschwimmen in längeren Distanzen, Starts und Wenden, 50 – 100 m Schwimmen	Dienstag 17.00 – 17.40 Uhr Donnerstag 17.00 – 17.40 Uhr Samstag 08.45 – 09.25 Uhr 09.30 – 10.10 Uhr (wird von Kurs zu Kurs entschieden, ob durchgeführt wird)

#### Kurszeiten:

Änderungen gegenüber der Kursausschreibung bleiben vorbehalten.

#### Kurskosten:

CHF 304.– für 16 Lektionen ohne Eintritt Hallenbad.  
 Jedes weitere Kind pro Familie CHF 10.– Reduktion  
 (im gleichen Semester)

#### Kursdaten:

1. Semester: 16.01. – 26.06.2021  
 2. Semester: 16.08. – 18.12.2021



## Dy Gärtner für dy Garte

Emanuel Kaeser  
Landschaftsgärtner EFZ  
Gartenbau- und Pflege  
Basel und Umgebung  
076 420 33 22  
info@dygaertner.ch  
www.dygaertner.ch

## „SHIATSU BERÜHRT UND BEWEGT“



### Praxis für Shiatsu

Simon Müller Shiatsu Therapeut  
Buchenstrasse 2, 4416 Bubendorf

Telefon: 079 377 13 01  
www.shiatsu-bubendorf.com

EMR / ASCA anerkannt

JEDES WOCHENENDE

# Brunch

SAMSTAGS UND SONNTAGS OFFERIEREN WIR REICHHALTIGE BRUNCH-VARIATIONEN. OB MEDITERRAN, À LA FRANÇAIS ODER TYPISCH SCHWEIZERISCH – FÜR JEDEN GESCHMACK IST ETWAS DABEI.

7 TAGE  
FÜR SIE DA!

BÄCKEREI JETZER

FILIALE BREITE, ZÜRCHERSTRASSE 73, 4052 BASEL, TEL. 061 311 24 87  
ÖFFNUNGSZEITEN: MO-FR: 7.00–19.00 UHR / SA: 7.00–17.00 UHR / SO: 9.00–17.00 UHR

Jetzer  
Feinbäckerei • Konditorei

## ■ Kleinkindschwimmen ab 4 Monate

Kleinkindschwimmen dient der gesunden körperlichen, motorischen, geistigen, seelischen und sozialen Entwicklung des Kindes und wird immer gemeinsam mit einem Elternteil ausgeführt. Die Lektionen sind so aufgebaut, dass der optimale Übergang ins Kinderschwimmen gewährleistet ist.

### Im Gitterlibad

Montag	17.30 – 18.00 Uhr	4 – 12 Monate
	18.00 – 18.30 Uhr	1 – 2 Jahre
	18.30 – 19.00 Uhr	2 – 3 Jahre
	19.00 – 19.30 Uhr	3 – 4,5 Jahre
Dienstag	09.00 – 09.30 Uhr	3 – 4,5 Jahre
	09.30 – 10.00 Uhr	2 – 3 Jahre
	10.00 – 10.30 Uhr	1 – 2 Jahre
	10.30 – 11.00 Uhr	4 – 12 Monate
Mittwoch	17.00 – 17.30 Uhr	4 – 12 Monate
	17.30 – 18.00 Uhr	1 – 2 Jahre
	18.00 – 18.30 Uhr	2 – 3 Jahre
	18.30 – 19.00 Uhr	3 – 4,5 Jahre
Donnerstag	09.00 – 09.30 Uhr	3 – 4,5 Jahre
	09.30 – 10.00 Uhr	2 – 3 Jahre
	10.00 – 10.30 Uhr	1 – 2 Jahre
	10.30 – 11.00 Uhr	4 – 12 Monate

Je nach Bedarf kann das Angebot vom Programm variieren.  
Kurszeitänderungen vorbehalten. Ein Quereinstieg ist möglich.

### Kurskosten:

CHF 288.– für 16 Lektionen ohne Eintritt Hallenbad.  
Jedes weitere Kind pro Familie CHF 10.– Reduktion  
(im gleichen Semester).

### Kursdaten:

1. Semester: 18.01. – 11.06.2021
2. Semester: 16.08. – 18.12.2021



## ■ Erwachsenenschwimmen ab 18 Jahren

In kleinen Gruppen werden die Grundlagen des Schwimmens im Lehrschwimmbecken (LSB) vermittelt.

Im 25 m-Becken findet ein Crawlkurs für Anfänger statt; es steht das Erlernen der Schwimmlage Crawl im Vordergrund.

Dienstag	08.45 – 09.30 Uhr im LSB (Anfängerkurs)
Donnerstag	08.45 – 09.30 Uhr im LSB (Anfängerkurs)
	19.00 – 19.45 Uhr im LSB (Anfängerkurs)
	19.45 – 20.30 Uhr im 25 m-Becken (Crawlkurs)

### **Kurskosten:**

CHF 180.– für 8 Lektionen  
exkl. Eintritt Hallenbad

### **Kursdaten:**

1. Quartal: 19.01. – 25.03.2021
2. Quartal: 13.04. – 10.06.2021
3. Quartal: 17.08. – 21.10.2021
4. Quartal: 26.10. – 16.12.2021



Am Mittwochabend findet ein Crawlkurs für Anfänger in Zusammenarbeit mit der Schwimmschule Pratteln in der Schulschwimmanlage in Frenkendorf statt; die Kursdaten finden Sie auf der Homepage ([www.schwimmschuleliestal.ch](http://www.schwimmschuleliestal.ch))

Mittwoch:	20.15 – 21.00 Uhr
Kurskosten:	CHF 165.– für 7 Lektionen inkl. Eintritt Hallenbad

## ■ Privatunterricht

Für Kinder und Erwachsene; Termin nach separater Vereinbarung. Max. 2 Personen; ab 4,5 Jahren

### **Kosten:**

- |                      |                                     |
|----------------------|-------------------------------------|
| 1 Person (30 Min.)   | CHF 60.– pro Lektion exkl. Eintritt |
| 2 Personen (30 Min.) | CHF 70.– pro Lektion exkl. Eintritt |
| 1 Person (45 Min.)   | CHF 80.– pro Lektion exkl. Eintritt |
| 2 Personen (45 Min.) | CHF 90.– pro Lektion exkl. Eintritt |





# ■ Intensivkurse in den Sommer- und Herbstferien

**Die Kinder müssen vor Kursstart 4.5 Jahre alt sein.**

## **Kursinformationen:**

Datum: **1. Kurs:** 05.07. – 16.07.2021 (im Hallenbad)

Datum: **2. Kurs:** 19.07. – 30.07.2021 (im Freibad)

Datum: **3. Kurs:** 02.08. – 13.08.2021 (im Hallenbad)

Datum: **4. Kurs:** 04.10. – 15.10.2021 (im Hallenbad)

## **Kurstage**

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag; jeweils am Morgen

## **Kurskosten**

CHF 140.–, jedes weitere Kind pro Familie CHF 10.– Reduktion (ohne Eintritt)

- Ein Kurs besteht aus 8 Lektionen à 40 Minuten. Die Krebskurse im Freibad dauern 30 Minuten.
- Reservierte Schwimmbecken und kleine Gruppen garantieren eine intensive Betreuung.
- Alle Teilnehmenden erhalten bei Erfüllen der geforderten Elemente ein Abzeichen resp. ein Trostabzeichen (1 – 7 Grundagentests, 8 Schwimmtest 1)

Die Anmeldung kann mit dem Anmeldeformular oder via Anmeldeformular auf der Homepage erfolgen.

Bitte bevorzugte Zeit angeben (08.45/09.30/10.15/11.00/11.45 Uhr).

Zeitänderungen vorbehalten.

## Kleinkindschwimmen ab 4 Monate

Freitag:	14.00 – 14.30 Uhr	2 – 4 Jahre
	14.30 – 15.00 Uhr	6 Mte – 1,5 Jahre

Je nach Bedarf kann das Angebot vom Programm variieren.  
Kurszeitänderungen vorbehalten. Die Kurse finden ab 5 Teilnehmende statt.

### Kurskosten:

CHF 385.– für 16 Lektionen inklusive Eintritt.  
Jedes weitere Kind pro Familie CHF 10.– Reduktion.

### Kursdaten:

1. Semester: 22.01. – 11.06.2021
2. Semester: 20.08. – 17.12.2021

## Privatunterricht

Für Kinder und Erwachsene; Termin nach sep. Vereinbarung.  
Max. 2 Personen; ab 5 Jahren

### Kosten:

- |                      |                                     |
|----------------------|-------------------------------------|
| 1 Person (30 Min.)   | CHF 65.– pro Lektion exkl. Eintritt |
| 2 Personen (30 Min.) | CHF 75.– pro Lektion exkl. Eintritt |
| 1 Person (45 Min.)   | CHF 85.– pro Lektion exkl. Eintritt |
| 2 Personen (45 Min.) | CHF 95.– pro Lektion exkl. Eintritt |

**Schmerztherapeutin**  
[www.bodyactiv-health.ch](http://www.bodyactiv-health.ch)

- Medical Fitness / Physio
- Medical Massagen
- Tuina (TCM) Massage
- Wellness Massagen

**BodyActiv-Health**



**Christa Schaub • Hauptstr. 36 • 4415 Lausen • Tel. 076 327 57 30**

## ■ Wassergymnastik



Das Therapiebad mit 33° warmem Wasser ist ideal für Wassergymnastik-Lektionen. Das Training ist für Gelenke, Sehnen und Rücken gelenkschonend. Die Übungseinheiten sind fein abgestimmt. Mit begleitender Musik wird neben Kräftigungsübungen auch an der Beweglichkeit gearbeitet. Ihr Fitnesszustand spielt dabei keine Rolle.

Mittwoch: 11.45 – 12.25 Uhr

### **Kurskosten:**

CHF 400.– inklusive Eintritt.

### **Kursdaten:**

1. Semester: 20.01. – 02.06.2021 (16 Lektionen)
2. Semester: 18.08. – 15.12.2021 (16 Lektionen)



**SCHÖPFER DLP**  
DIENSTLEISTUNGSPROFI  
Insektenschutzgitter & Beschattungen  
Tel. 076 422 06 28

Das eine können wir nicht,  
das andere dürfen wir nicht.



**REGIODRUCK**

*für alle übrigen Fälle*

Regiodruck GmbH, Benzburweg 30 a, 4410 Liestal  
Telefon 061 921 12 74, Fax 061 921 12 89  
info@regiodruck.ch, www.regiodruck.ch

## Allgemeine Geschäftsbedingungen Gruppenkurse

- **Kursanmeldung, Bestätigung und Rechnung**

Ihre Kursanmeldung ist verbindlich und rechtskräftig. Sie gilt nur für einen Kurs. Die Kursplätze werden in der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben. Teilnehmende der laufenden Kurse haben Vorrang. Die Bestätigungs-E-Mail mit der Rechnung erhalten Sie zwei Wochen vor Kursstart.

- **Kurskosten**

Der Kursbetrag ist vor Kursstart zu zahlen. Nicht besuchte Lektionen begründen keinen Anspruch auf Nachholen oder Rückerstattung des Kursgeldes.

- **Krankheit/Unfall:**

Sie holen die verpassten Lektionen in einem laufenden Gruppenkurs nach oder Sie senden ein Arztzeugnis und lassen die verpassten Lektionen anteilmässig an einen späteren Gruppenkurs anrechnen. Diese Dienstleistung wird mit einer Bearbeitungsgebühr von CHF 20.– pro Arztzeugnis verrechnet.

- **Abmeldung vor Kursbeginn**

Sollte ein bereits gebuchter Kurs nicht besucht werden können, ist eine Abmeldung bei der Schwimmschule erforderlich. Es wird eine Bearbeitungsgebühr von CHF 30.– erhoben.

- **Abmeldung nach Kursbeginn**

Wird der Kurspreis in Rechnung gestellt. In speziellen Fällen kann eine Gutschrift erstellt werden, welche in einem späteren Kursbesuch verrechnet wird.

- **Versicherung**

Ist Sache der Teilnehmenden respektive deren Erziehungsberechtigten.

- **Höhere Gewalt**

Für Kurse, die aufgrund höherer Gewalt nicht durchgeführt werden können (z.B. Schliessung des Betriebes, Betriebsstörung, Unfall der Lehrperson, Naturgewalten) besteht kein Anrecht auf Preisreduktion oder Rückvergütung. Wir bieten Ihnen sofern möglich Ausweich- und Nachholmöglichkeiten an.

- **Anwendbares Recht**

Für sämtliche Streitigkeiten findet das schweizerische Recht Anwendung und es sind ausschliesslich die Gerichte im Kanton Basel-Landschaft zuständig.

## Allgemeine Geschäftsbedingungen Privatunterricht für Kinder und Erwachsene

- Nicht besuchte Lektionen werden zu 50% in Rechnung gestellt, sofern sie nicht 24 Stunden vor Lektionsbeginn bei der Schwimmlehrperson abgemeldet wurden.

Liestal, im Oktober 2020

### Weitere Informationen:

- **Kleinkindschwimmen**

Ein Quereinstieg ist möglich (nach Absprache).

- **Kursfreie Tage**

Keine Kurse während offiziellen Feiertagen und Schulferien, ausgenommen Intensivkurse in den Sommer- und Herbstferien.

- **Hygiene**

Duschen vor dem Schwimmen ist obligatorisch.  
Esswaren oder Getränke sind im Hallenbad verboten.  
Das Hallenbad darf nicht in Strassenkleider betreten werden.

- **Krankenkasse**

Wenden Sie sich an Ihre Kasse; einige Krankenkassen übernehmen Beiträge für Gesundheitsvorsorge und Fitness.

# Füchter

Emotion auf zwei Rädern



[www.fuechter.ch](http://www.fuechter.ch) 4310 Rheinfelden



**FÜR KLEINE  
GROSSE HELDEN.**

Gut sehen, gut aussehen:  
in Liestal, Pratteln,  
Gelterkinden, Sissach.

**KOPPELMANN.**  
OPTIK UND AKUSTIK.



# KINDERBURG

## KINDERTAGESSTÄTTEN

Seewen & Münchenstein  
[www.kibu.ch](http://www.kibu.ch)

# Anmeldung

Bitte gewünschten Kurs ankreuzen!

## ■ Kinderschwimmen

Kursnummer: \_\_\_\_\_  Kurstag: \_\_\_\_\_

Ausweichtag: \_\_\_\_\_ (bitte ausfüllen)

- Sommerferienkurse (1  / 2  / 3   Herbstferien  
 Kurs vom 16.01. – 26.06.2021  Kurs vom 16.08. – 18.12.2021
- 

## ■ Kleinkindschwimmen

Kurstag: \_\_\_\_\_

- Gitterlibad  
 ESB

Kurs vom 18.01. – 11.06.2021  Kurs vom 16.08. – 18.12.2021

Zeit: \_\_\_\_\_

---

## ■ Erwachsenenschwimmen

- Di Anfängerkurs 08.45 Uhr  Kurs vom 19.01. – 25.03.2021  
 Mi Crawlkurs 20.15 Uhr  Kurs vom 13.04. – 10.06.2021  
 Do Anfängerkurs 08.45 Uhr  Kurs vom 17.08. – 21.10.2021  
 Do Anfängerkurs 19.00 Uhr  Kurs vom 26.10. – 16.12.2021  
 Do Crawlkurs 19.45 Uhr
- 

## ■ Wassergymnastik

Kurs vom 20.01. – 02.06.2021  Kurs vom 18.08. – 15.12.2021

---

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Mobil: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Mit der Unterschrift bestätigen Sie das Einverständnis mit den allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Bitte  
frankieren

**Schwimmschule Liestal GmbH**  
**Postfach 736**  
**4127 Birsfelden**