



Veröffentlicht auf *Nestlé Babyservice* (<https://www.babyservice.de>)

[Startseite](#) > Babyschwimmen und Turnen

Teile diesen Article

X



## Babyschwimmen und Turnen

Rein ins Vergnügen.

<https://www.babyservice.de/babyschwimmen-turnen> <sup>[1]</sup>

Disclaimer

Die folgende Funktion ist nicht Teil der Website der Nestlé Nutrition GmbH. Bitte beachten Sie, dass mit der Bestätigung des Dialogs Daten von Ihnen an sämtliche in unsere Website integrierte Social Plugin – Anbieter (siehe hierzu den Punkt Werden auf unseren Websites Social Plugins verwendet? in unseren Datenschutzbedingungen) übermittelt werden können.

Um welche Daten zu welchem Zweck es sich handelt, können Sie den Datenschutzbedingungen des jeweiligen Anbieters auf deren Website entnehmen. Mit der Bestätigung des Dialogs erklären Sie sich mit dieser Datenübermittlung einverstanden.

Wenn Sie diese Seite/ dieses Produkt teilen möchten, dann klicken Sie bitte im Anschluss nochmals auf das jeweilige Icon.

[\\_ \[2\]](#) [\\_ \[3\]](#) [\\_ \[4\]](#)



## Babyschwimmen und Turnen

Rein ins Vergnügen.

- <sup>[5]</sup> [Drucken](#) <sup>[1]</sup>

- Teilen

Bei kleinen, sportlichen Aktivitäten wie Schwimmen und Turnen werden die motorischen Fähigkeiten deines Babys gefördert – ganz natürlich und mit ganz viel Spaß.

Je agiler dein Kind wird, desto mehr möchte es beschäftigt werden. Babyschwimmen ist ein ganz besonderes Erlebnis. Die meisten Kleinen fühlen sich im Wasser ganz in ihrem Element. Zwar lernt dein Liebling dabei nicht wirklich das Schwimmen, aber seine motorischen Fähigkeiten werden gefördert. Im Wasser kann dein Baby selbständige Bewegungen machen, lange bevor es krabbeln lernt.

## **Platsch! Mit 4 Monaten kann's losgehen**

Mit dem Babyschwimmen könnt ihr bereits ab dem 4. Monat beginnen. Die meisten Hallenbäder bieten Kurse an - oft in kleinen warmen Becken, die auch für Gymnastik und Bewegungsbäder genutzt werden. Auch einige größere Fitnessstudios und physiotherapeutische Einrichtungen bieten Kurse an.

Einige Tipps:

- Nach der Bewegung im warmen Wasser haben die meisten Kinder viel Durst. Nimm deshalb immer etwas zu trinken mit.
- Schwimmen trocknet Babyhaut aus. Creme dein Baby deshalb nach dem Baden ein
- Damit Mami und Baby etwas vom Schwimmen haben, kannst du einen Helfer zum Babyschwimmen mitnehmen: Dein Partner, deine Mutter oder eine Freundin kann schwimmen, während du mit dem Kind im Kurs bist, und dann das Anziehen übernehmen, während du selber ein paar Bahnen ziehst – oder umgekehrt. Das entspannt und ist gut für die Figur.

## **Turnen und Toben**

Viel Spaß haben die Kleinen auch beim Baby- und Kinderturnen. Hier wird in entspannter Atmosphäre beim Toben und bei kleinen sportlichen Herausforderungen die Motorik gefördert. Je jünger die Teilnehmer sind, desto freier und spielerischer sind die Übungen. Etwa 6 Monate sollte dein Kind sein, damit es auch aktiv mitmachen kann.

Weiterlesen <sup>[6]</sup>

**Quell-URL:** <https://www.babyservice.de/babyschwimmen-turnen>

### **Links**

[1] <https://www.babyservice.de/babyschwimmen-turnen>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/babyschwimmen-turnen&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/thinkstockphotos-489968569\\_web.png&description=Babyschwimmen und Turnen](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/babyschwimmen-turnen&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/thinkstockphotos-489968569_web.png&description=Babyschwimmen und Turnen)

[3]

<https://twitter.com/share?text=Babyschwimmen%20und%20Turnen&url=https%3A//www.babyservice.de/babyschwimmen-turnen>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyservice.de/babyschwimmen-turnen>

[5] <https://www.babyservice.de/printpdf/3147846>

[6] <https://www.babyservice.de/javascript%3A%3B>