



Zwembad De Waterkanten

Het zwem ABC

2026



Sportlaan 21
2161 VA Lisse



Bel ons op
0252-414488



Bezoek onze website
www.waterkanten.sportfondsen.nl

Leren zwemmen bij Sportcentrum De Waterkanten

Kinderen leren bij ons zwemmen volgens de methode van het zwem-ABC. Het Zwem-ABC bestaat uit drie Nationale Zwemdiploma's, nl: A, B en C en is gericht op kinderen vanaf vier jaar. De zwemdiploma's A en B zijn daarin waardevolle tussenstapjes, maar wie het complete Zwem-ABC op zak heeft, is pas een échte vriend van het water geworden.

Bij Sportcentrum De Waterkanten worden de zwemlessen op verschillende manieren aangeboden. Zo kun je kiezen voor groepslessen, de kleine groepslessen of privélessen. Bij alle lessen wordt les gegeven volgens het Zwem-ABC en het enige verschil is de groepsgrootte. Hierdoor kun je zelf bepalen welke zwemlessoort het beste bij je kind past.

De zwemlessen worden van maandag t/m zaterdag gegeven en het is mogelijk om meerdere keren per week zwemles te volgen. Wanneer je kind meer dan één keer per week gaat zwemmen, bestaat de kans dat je kind van verschillende instructeurs les krijgt.

Wanneer je kind naar een andere niveau gaat, dan blijft de lesdag– en tijd in principe hetzelfde. Mocht er toch sprake zijn van een tijdsverandering dan gaat dit uiteraard in overleg.

Leren zwemmen met Jip

De mascotte van onze zwemlessen is het cartoonijlpaardje Jip. Bij de eerste zwemles ontvangt je kind, ter kennismaking, een starterspakket met een aantal leuke items van Jip. Jip heeft tevens een educatieve rol tijdens onze zwemlessen. Hij maakt de zwemlessen nog leuker.



Samen met Jip zetten we in op spelenderwijs leren zwemmen. Zwemplezier zorgt ervoor dat kinderen gemotiveerd blijven om het Zwem-ABC te halen. Voor zwemveiligheid en -plezier werken we met gekleurde bandjes. Gaat je kind naar een volgend badje? Dan krijgt je kind een nieuw bandje met de kleur van het volgende niveau.

Om zwemveilig en zelfredzaam te worden en om kinderen te motiveren kunnen ze in totaal acht polsbandjes verdienen. Bij de eerste zwemles ontvangt je kind het eerste rode polsbandje en bij de overgang naar een nieuw bad (niveau), vervolgens een nieuwe kleur. Bij het volbrengen van A hoort het bronzen bandje en het zwem ABC is compleet met zilver (diploma B) en goud (diploma C). Met het diploma C voldoet je kind aan de **landelijke norm 'zwemveilig'** van de Nationale Raad Zwemveiligheid. Het kan zichzelf dan redden en omgaan met onverwachte situaties in zwembaden met attracties en open water. Een mooie, veilige basis voor een leven lang zwemplezier.

Groepslessen voor A, B en C

De groepslessen duren 45 minuten en het aantal kinderen varieert per niveau. De startgroep bestaat uit acht kinderen, vervolgens 12 en uiteindelijk in het hoogste niveau met 15 kinderen. Ook bij B en C zitten er maximaal 15 kinderen in een groep.

Kleine groepslessen

Voor het A en B diploma worden ook lessen van 30 minuten aangeboden met maximaal vijf kinderen.

Privélessen

Een privéles duurt 30 minuten met maximaal twee kinderen.

Zwemvaardigheid

Na het behalen van het Zwem-ABC kunnen kinderen nog zwemvaardiger worden met de lessen zwemvaardigheid. Hier zijn ook weer drie diploma's te behalen, te weten ZWV 1,2,3.

Diplomazwemmen

Per zwemdiploma wordt er op woensdagmiddag afgezwommen. Kinderen die hiervoor in aanmerking komen, ontvangen hier automatisch bericht over. De data staan op onze website.

Gratis zwemmen*

Op vertoon van een geldige lespas kunnen kinderen gratis zwemmen tijdens het recreatief zwemmen. Ook voor kinderen die tijdelijk op de wachtlijst staan van B, C en zwemvaardigheid is dit mogelijk.

Wanneer je kind nog geen diploma heeft, is het verplicht dat er een betalende volwassene mee het water in gaat (één op één). Tevens zijn zwemvleugels of zwemvestje verplicht voor kinderen zonder diploma en mogen zij **niet** in het 25-meterbad zwemmen, m.u.v. onderstaande.

Zelf oefenen

Speciaal voor kinderen **zonder** diploma is er op zondag van 10.00 – 12.00 uur tijdens de gezinsplonsgelegenheid om te oefenen in het diepe bad. Het oefenen, in het 25-meterbad, dient altijd onder toezicht van een volwassene te gebeuren, 1 op 1 in het water (wanneer je met twee kinderen zonder diploma bent, moet er dus één kind op de kant wachten).

Informatie over de vorderingen van uw kind

Om op de hoogte te blijven van de vorderingen van je zoon/dochter zijn er "kijklessen". Ouders en andere belangstellenden mogen dan de gehele les in de zwemzaal aanwezig zijn. De data staan op onze website.

Bij Sportcentrum de Waterkanten kun je de vorderingen van uw kind ook online volgen via het leerlingvolgsysteem (LLV systeem). Via de webshop op dewaterkanten.nl kun je inloggen op dit systeem.

Waar kun je terecht met je overige vragen?

Uiteraard kun je voor meer informatie terecht bij onze receptie (0252-414488) of stuur een mail naar waterkanten@sportfondsen.nl

Voor openingstijden tijdens feestdagen en vakanties kijk je op www.waterkanten.sportfondsen.nl. Tevens zijn wij te vinden op Social Media, dus volg ons en blijf op de hoogte van het laatste nieuws door je aan te melden voor onze nieuwsbrief.

Inschrijven

Inschrijven is online mogelijk via de website of door middel van het daarvoor bestemde inschrijfformulier. Voor de inschrijfvoorwaarden en overige spelregels verwijzen wij je naar het inschrijfformulier.

Wanneer je kind al (ergens anders) zwemles heeft gehad, dan is het uiteraard mogelijk om bij ons in te stromen. Hiervoor dient uw kind voor te zwemmen. Om voor te kunnen zwemmen, maakt u van tevoren een afspraak.

*Het gratis zwemmen en oefenen in het wedstrijd bad is niet van toepassing wanneer het zwembad geopend is tijdens feestdagen.

Lestijden

Ma	Grote groepslessen				Kleine groep	
A	15.30	16.15	17.00		17.45	18.15
B	15.30	16.15			17.45	
ZV			17.00			
Di	Grote groepslessen				Kleine groep	
A	15.30	16.15	17.00		17.45	18.15
B	15.30	16.15			17.45	
C			17.00			
Wo	Grote groepslessen				Kleine groep	
A	15.45	16.30	17.15		18.00	18.30
B	15.45	16.30				18.30
C			17.15			
ZV				18.00		
Do	Grote groepslessen				Kleine groep	
A	15.30	16.15	17.00		17.45	18.15
B	15.30	16.15				
ZV			17.00			
Vr	Grote groepslessen				Kleine groep	
A	15.30	16.15	17.00		17.45	18.15
B	15.30	16.15			17.45	
C			17.00			
Za	Grote groepslessen				Kleine groep	
A	09.00	09.45	11.45	12.30	10.30	11.00
B		09.45	11.45		10.30	11.00
C	09.00					



Het is mogelijk om grote groepslessen met kleine groepslessen en/of privélessen te combineren.

Tevens kan er meerdere keren per week gezwommen worden.

Op het inschrijfformulier kun je de voorkeurstijden aangeven.

Privélessen

Deze worden op woensdag en vrijdag gegeven. Informeer bij de receptie naar de mogelijkheden.

Tarieven (geldig t/m 30 augustus 2026, prijswijzigingen en drukfouten voorbehouden.)

Soort les		Max. aantal per groep	Les-duur	Aantal lessen / geldigheid	Prijs leskaart
A	Groepslessen	12 of 15	45 min.	6 lessen (6 weken)	€ 63,90
A	Kleine groepsles	5	30 min.	4 lessen (4 weken)	€ 86,20
B	Groepslessen	15	45 min.	6 lessen (6 weken)	€ 63,90
B	Kleine groepsles	5	30 min.	4 lessen (4 weken)	€ 86,20
A, B	Privélessen*	2	30 min.	n.v.t.	€ 31,70 per les
C en ZV	Groepslessen	15	45 min	6 lessen (6 weken)	€ 63,90

Voor iedere afzonderlijk lesuur dient een aparte leskaart gekocht te worden. Bij de privélessen betaal je per keer.

- Inschrijfgeld € 21,25
- Kosten barcodekaart € 6,50
- Voorzwemmen € 10,70
- Diplomazwemmen € 27,55

Kijk voor meer informatie op onze website www.waterkanten.sportfondsen.nl