

# Aqua Akademie: Wassererlebnis für Babys, Kinder und werdende Mütter

**Freiburg/Buchenbach** (de.) Rut-schen, Springen, Strampeln, mit der Schwimmdudel durchs Wasser pflügen – die Kleinen sind begeistert und voll bei der Sache! Die meisten waren schon in den Säuglingskursen mit dabei und sie werden im Laufe der Zeit auch das Schwimmen bei Susanne Issig erlernen! Die Sportpädagogin blickt auf fünfzehn Jahre vielfältigster Berufserfahrung mit Bewegung im Wasser zurück. Seit Januar 2010 nun ist sie Betreiberin des Bades im Loretto-Krankenhaus. Dort bietet sie ein umfassendes Programm rund um Säugling, Kleinkind, Kind, Schwangere und Mütter an. Eines der wichtigsten Angebote ist das Baby-Schwimmen, das für Eltern und Kinder ein ganz besonderes Erlebnis und eine intensive Beziehungserfahrung ist, denn die

Babys werden durchs Wasser getragen und die Eltern müssen lernen, ihre Körpersprache zu lesen. Damit die Väter dieses Erlebnis mit ihren Babys auch teilen können, gibt es Baby-Schwimmen auch am Abend und Wochenende. Wasser sei ein körper-, sinnes- und bewegungsstimulierendes Medium und eine umfassende motorische Frühförderung, so Dr. Lilli Arendt von der Sporthochschule Köln, von der auch behinderte Kinder in hohem Maße profitieren können. Deshalb ist Issig auch integratives Arbeiten ein Anliegen. An ihren Kursen nehmen immer wieder hyperaktive, entwicklungsverzögerte Kinder oder Kinder mit Down-Syndrom teil. Oft lernen schwangere Frauen Susanne Issig über ihre spezielle Aqua-Fitness für werdende Mütter



Foto: Dagmar Engesser

kennen. Dort können sie ihr Herz-Kreislauf-System sanft in Schwung bringen und da das Wasser den Körper trägt, werden Wirbelsäule, Hüft- und Knie-Gelenke entlastet.

Gerade in der Schwangerschaft mit dem Zusatzgewicht des Babys kann das sehr wohltuend sein und Rückenschmerzen vorbeugen oder lindern! Darüber hinaus hat Issig

Power-Aqua-Fitness für Frauen und Schwimmkurse für Jung und Alt im Programm. Das Bad ist ein privates Bad, ohne Öffentlichkeit, deshalb ist ein sehr individuelles Arbeiten möglich! Issigs Mitarbeiter-Team, bestehend aus Schwimmpädagogen und Sportstudenten, arbeitet mit kreativen und spielerischen Methoden und setzt eine Vielzahl motivierender Materialien ein. Das Wasser im Bad ist auf angenehme 31 Grad erwärmt und in hygienisch einwandfreiem Zustand, was täglich überprüft wird! Issig bietet auch Wasser-Kurse im Dreisamtal an, nämlich im Schwimmbekken des AWO-Behinderterten-Wohnheims in Oberried. Obwohl Wasser ihr Element ist, hat sie inzwischen auch Kurse „an Land“ mit ins Programm aufge-

nommen und zwar in ihrem 85 Quadratmeter großen Kursraum in Buchenbach. Der lichtdurchflutete Raum ist mit Sprossenwänden, Rutschen, Trampolin, Pezzibällen, Matten und vielen Kleingeräten ausgestattet. Auch hier gibt es kreative Spiel- und Bewegungsangebote für Große und Kleine, wie Baby-Massage, Spielgruppen für die Kleinsten ab vier Monate oder „Fit nach der Geburt mit Baby dabei“ oder „MamaFit – BabyFit“. Issig ist lizenzierte Anbieterin für Primär-Prävention, deshalb können ihre Kurse je nach Krankenkasse bis zu 80 % bezuschusst werden. Am 19./20. Juni 2010 ist sie auf der Messe „Baby und Kind“ in Freiburg vertreten und stellt ihr Programm vor. *Kontakt: Susanne Issig, Tel.: 07661 / 98 92 89, [www.aqua-akademie.de](http://www.aqua-akademie.de)*