

Programma Zwembad De Slag

Vanaf 05-02-2025



OPENINGSTIJDEN RECEPTIE							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Openingstijden	09:00-20:30	09:00-20:30	09:00-20:30	09:00-18:00	07:00-20:30	08:15-15:00	10:15-12:00
RECREATIEF- EN BANENZWEMMEN							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Recreatiefzwemmen/Gezinszwemmen							10:30-12:30
Banenzwemmen	09:00-13:00***	12:00-13:00**	12:00-13:00	10:00-11:00****	07:00-08:00		
			13:00-14:00	12:00-13:00	09:00-13:00		
	20:00-21:00	20:00-21:00	20:00-21:00		12:00-14:00		
					20:00-21:00		
**Slag I en Slag II							
***Van 09:00 tot 09:45 uur is % deel van het bad beschikbaar voor banenzwemmen							
****In de breedte van het bad							
BANENZWEMMEN +							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Banenzwemmen (voor dames)*	13:00-14:00		09:00-10:00				
Banenzwemmen+ Trim				10:00-11:00**			
Banenzwemmen+ Gym		10:00-11:00**		11:00-12:00			
Banenzwemmen+ Gym (50+)		11:00-12:00					
Borstcrawl les					12:00-12:30		
**voor dames							
AQUA SPORT							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Aqua Aerobics	20:00-20:45	20:00-20:45	10:00-10:45**	10:00-10:45			
Aqua Jogging			10:00-10:45	09:15-10:00	19:15-20:00		
Aqua Mix	09:15-10:00						
	19:15-20:00						
Aqua Vitaal	09:00-09:45						
Aqua Therapie		09:00-10:00	09:00-10:00				
			10:45-11:30				
**voor dames							
ZWEMMEN VOOR VOLWASSENEN							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles		19:15-20:00*	19:30-20:00**		10:00-10:45		
		20:00-20:45**	19:30-20:15*		13:00-13:45		
*ondiep **diep							
ZWEMMEN VOOR DAMES							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Banenzwemmen (voor dames)*	13:00-14:00		09:00-10:00				
Zwemles (voor dames)*				11:00-11:45	09:00-09:45		
				12:00-12:45	11:00-11:45		
Zwemvaardigheid (voor dames)*					09:00-09:45		
*Toegang is alleen voor dames, het bad is afgeschermd.							
BABY- EN PEUTERZWEMMEN							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Ouder- en kindzwemmen 03-12 mnd			10:00-10:30		10:00-10:30	08:30-09:00	
Ouder- en kindzwemmen			10:30-11:00 (13 - 24 mnd)		10:30-11:00 (13 - 30 mnd)	09:00-09:30 (13 - 24 mnd)	
Ouder- en kindzwemmen			11:00-11:30 (25 - 36 mnd)		11:00-11:30 (31 - 48 mnd)	09:30-10:00 (25 - 36 mnd)	
Ouder- en kindzwemmen			11:30-12:00 (37 - 48 mnd)			10:00-10:30 (37 - 48 mnd)	
Peuterzwemmen (geen les)	12:00-13:00	12:00-13:00	12:00-13:00	12:00-13:00	12:00-13:00		10:30-12:30**
Kleuterzwemmen K1*			15:00-15:45				
Kleuterzwemmen K2*						10:30-11:15	
*doorstroom vanuit ouder- en kindzwemmen **tijdens recreatiefzwemmen							
Gezinszwemmen is op zondag 10:30-12:30 uur							
De gekleurde tijdsblokken vinden plaats in Slag II							
LESZWEMMEN (volgende pagina)							

LESZWEMMEN							
Watergewenningsgroepen (1 keer per week)							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Watergewenning W3			13:00-13:45				
Watergewenning W4		15:00-15:45					
Watergewenning W7					15:00-15:45		
Watergewenning W8 (max. 8 kinderen)						11:15-12:00*	
Watergewenning W9 (max. 8 kinderen)						12:30-13:15*	
Watergewenning W10			17:15-18:00				
Watergewenning W11 (max. 8 kinderen)						10:30-11:15	
Watergewenning W12			15:00-15:45				
Watergewenning W13 (vanaf 7 jaar)	17:15-18:00						
* rood/oranje							
Watergewenningsgroepen (2 keer per week)							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Watergewenning W1	15:00-15:45			15:00-15:45			
Watergewenning W2		17:15-18:00			17:15-18:00		
Watergewenning W6			17:15-18:00		17:15-18:00		
Watergewenning W14	15:45-16:30			15:45-16:30			
Watergewenning W16			13:45-14:30		13:45-14:30		
Watergewenning W22	16:30-17:15			16:30-17:15			
Zwemles A-diploma (1 keer per week)							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles A3			13:00-13:45				
Zwemles A7		15:00-15:45					
Zwemles A8			16:30-17:15				
Zwemles A12			15:00-15:45				
Zwemles A13 (vanaf 7 jaar)	17:15-18:00						
Zwemles A14					15:00-15:45		
Zwemles A15 (max. 8 kinderen)						13:15-14:00*	
Zwemles A16 (max 8. kinderen)						14:00-14:45*	
Zwemles A17						14:45-15:30	
Zwemles A20			15:45-16:30				
Zwemles A-diploma (2 keer per week)							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles A1		16:30-17:15			16:30-17:15		
Zwemles A2	16:30-17:15			16:30-17:15			
Zwemles A4	15:45-16:30			15:45-16:30			
Zwemles A5		15:45-16:30			15:45-16:30		
Zwemles A6			13:45-14:30		13:45-14:30		
Zwemles A9			15:45-16:30		15:45-16:30		
Zwemles A10			16:30-17:15		16:30-17:15		
Zwemles A11	15:00-15:45			15:00-15:45			
Zwemles B-diploma (1 keer per week)							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles B4		15:45-16:30					
Zwemles B6						14:45-15:30	
Zwemles B7						12:30-13:15	
Zwemles B8		15:00-15:45					
Zwemles B9			17:15-18:00				
Zwemles B10					15:00-15:45		
Zwemles B-diploma (2 keer per week)							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles B1	17:15-18:00			17:15-18:00			
Zwemles B2		17:15-18:00			17:15-18:00		
Zwemles B3	15:00-15:45			15:00-15:45			
Zwemles B5			17:15-18:00		17:15-18:00		
Zwemles C-diploma (1 keer per week)							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles C4		15:00-15:45					
Zwemles C3						12:30-13:15	
Zwemles C6					15:00-15:45		
Zwemles C7			17:15-18:00				
Zwemles C-diploma (2 keer per week)							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles C2		17:15-18:00			17:15-18:00		
Zwemles C5	17:15-18:00			17:15-18:00			
ZWEMLES VERVOLGDIPLOMA'S							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Snorkelen (I, II, III)			15:00-15:45				
Zwemvaardigheid (ZV I t/m ZV III)		15:45-16:30	15:00-15:45				
De gekleurde tijdsblokken vinden plaats in Slag II							

Zwembad De Slag
 Koningsgeelstraat 3
 1503 NA Zaandam
deslag@sportbedrijfzaanstad.nl