

Programma Zwembad De Slag

Vanaf 20-05-2025



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		
					13:00-14:00		
	20:00-21:00	20:00-21:00	20:00-21:00		20:00-21:00		
* Alleen diep gedeelte							
**Slag I en Slag II							
***Van 09:00 tot 09:45 uur is ½ 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			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						
	19:30-20:00*						
Aqua Vitaal	09:00-09:45						
Aqua Therapie		09:00-10:00	09:00-10:00 10:45-11:30				
*mogelijkheid tot 21:00 uur banenzwemmen							
**voor dames							
ZWEMMEN VOOR VOLWASSENEN							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles			19:30-20:00**		10:00-10:45		
		20:00-20:45**	20:00-20:45*		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 12:00-12:45	09:00-09:45 11:00-11:45		
Zwemvaardigheid (voor dames)*					09:00-09:45		
*Toegang is alleen voor dames, het bad is afgeschermd.							
BABY- EN PEUTERZWEMMEN IN ZAANGOLF							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Ouder- en kindzwemmen 03-12 mnd			10:00-10:30			10:45-11:15	
Ouder- en kindzwemmen 13-24 mnd			10:30-11:00			11:15-11:45	
Ouder- en kindzwemmen 25-36 mnd			11:00-11:30			11:45-12:15	
Ouder- en kindzwemmen 37-48 mnd			11:30-12:00			12:15-12:45	
Peuterzwemmen (geen les)							
Kleuterzwemmen K1*						08:00-08:30	
Kleuterzwemmen K2*						08:30-09:00	
Gezinszwemmen is op zondag 10:30-12:30 uur (alleen diep bad)							
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)						14:45-15:30	
Watergewenning W9 (max. 8 kinderen)						12:30-13:15*	
Watergewenning W10			17:15-18:00				
Watergewenning W11 (max. 8 kinderen)							
Watergewenning W12			15:00-15:45				
Watergewenning W13 (vanaf 7 jaar)	17:15-18:00						
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*				
* oranje en geel in De Slag 2							
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			
* oranje en geel in De Slag 2							
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