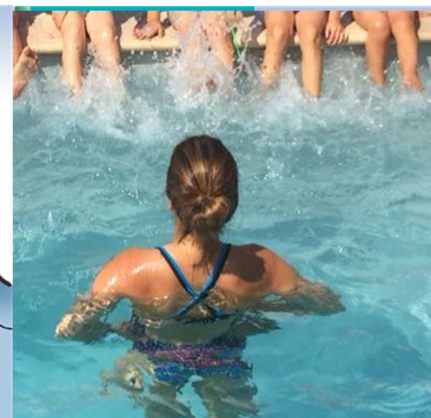




WERDE POOL-FIT!
MIT SCHWIMKÄFER

SCHWIMMIX



POOL-FIT! – KOMPAKT KURS

Wann & Wo ?

Hallenbad Deutschfeistritz - Schulgasse 1

Start: Dienstag, 6. JUNI

Treffpunkt: 17:15 - 18:00 Uhr (45 min)

umgezogen in der Schwimmhalle

Termine (3 EH):

06.06, 13.06, 20.06

VORAUSSETZUNGEN:

1,5 – 4 Jahre (plus eine Begleitperson)

KURSKOSTEN inkl. Eintritte:

3 EH € : € 50

Zahlungsinfos erhalten Sie nach ihrer Anmeldung

1 Woche vor Kursstart (auch im Spamordner nachsehen)

Kinder unter 3 Jahre gratis; 3-6 Jahre € 2,00,

Erwachsene € 4,00; Anm.: Ermäßigter Eintritt bei Kauf eines 10er Blocks an der Kasse des Sportzentrums)

ANMELDEFRIST: **25 MAI**

Anmeldungen werden in der Reihenfolge Ihres Eingangs berücksichtigt !

ONLINE ANMELDUNG www.schwimmresilienz.at -

Angebote Schwimmkurse



Schwimmkurse 2023
Online Buchung

Werde Pool-Fit! für den Sommer mit Schwimkäfer *SchwimmMix!*

Sie erlernen, wie Sie Ihr Kind mit sicheren Halte-, und Grifftechniken im Freibad oder auch im Privatpool im Sommer unterstützen können; zudem auf was Sie bei einer **einfühlsamen Wassergewöhnung** achten sollten.

Dabei soll Ihr Kind mit Ihrer Unterstützung das Element Wasser als Spiel-, und Übungsraum nicht nur lieben, sondern vor allem einen sicheren Umgang im und am Wasser (bzw. Pool) erlernen.

Weitere Kurs-Schwerpunkte

- „Der Beckenrand mein sicherer Ort“ – Übungen
- sichere Halte-, und Grifftechniken
- gezielte Wasserwiderstandsübungen
- aktive Bewegungsübungen /Anregungen der Arme und Beine

...in Verbindung mit Liedern , altersgerechtem Spielzeug und gemeinsamen Spielen.

MITZUBRINGEN: Badesachen, Schwimmwindel, Handtuch, **Babywarmer und Kinderneopren (bei Bedarf)** und restliches Schwimmmaterial wird gratis zur Verfügung gestellt.

KURSLEITUNG/ BEI WEITEREN FRAGEN

Mag. Stefanie Petermann, MA

Schwimmtrainerin & Gesundheitspädagogin

Tel.: 0676 93 71 751

E-Mail: stp@schwimmresilienz.at