

Gemeinsam
zum
Schwimmflow!



Kraulkurs - Woman Only!

WO & WANN? Schwimmhalle Sportzentrum Pachern
Pachern-Hauptstraße 94; 8075 Hart bei Graz

Maximale TN-Anzahl: 5 Erwachsene

4TERMINE: 02.05, 09.05, 16.05, 30.05

TREFFPUNKT: 18:10 -19:00 Uhr
(umgezogen in der Schwimmhalle)

ZIELGRUPPE: (Hobby-,) Schwimmer ab 18 Jahren, die ihre Kraultechnik verbessern oder diese erlernen möchten

MITZUBRINGEN:

Badesachen und Schwimmbrille (NUR wenn bereits vorhanden); Testbrillen sind vorhanden;
Empfehlung einer optimalen Schwimmbrille erfolgt in der 2. Einheit.
Restliches Übungsmaterial (u.a. Flossen, Schwimmbretter, Paddles) wird zur Verfügung gestellt.

KOSTEN: € 72,- (exkl. Eintritt)

Zahlungsinfos erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung

Eintritt Bad Erwachsene: € 4,-

Anm.: Ermäßigter Eintritt bei Kauf eines 10er Blocks an der Kasse des Sportzentrums

INHALT

Wir erarbeiten die Knotenpunkte einer richtigen Kraultechnik inklusive Atmung.

Der Schwierigkeitsgrad der einzelnen Übungen wird auf den Stand der Teilnehmerinnen individuell abgestimmt.



Bei weiteren Fragen

Mag. Stefanie Petermann

Tel: 0676 93 71 751

E-Mail: stp@schwimmresilienz.at

Anmeldefrist: **15. APRIL**

Online unter:

www.schwimmresilienz.at/schwimmkurse/

