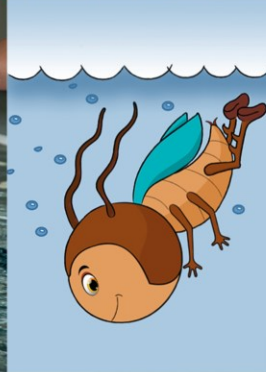




Wir gehen
Schwimmen und
nicht Baden!



Fortgeschrittener Kurs

WO & WANN? Schwimmhalle Sportzentrum Pachern
Pachern-Hauptstraße 94; 8075 Hart bei Graz
Maximale TN-Anzahl: 6 Kinder

6 TERMINE 20.09, 27.09, 04.10, 11.10, 18.10, 25.10
TREFFPUNKT: 16:30 -17:15 Uhr
(umgezogen in der Schwimmhalle)

VORAUSSETZUNGEN :
Kurserfahrung oder du kannst dich 3-5 Meter im tiefen Wasser sicher fortbewegen und Kopf unter Wasser ist für dich auch kein Problem mehr!

KOSTEN: € 110,-- (exkl. Eintritt)
(Zahlungsinfos erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung
Eintritt Bad: Kinder ab 3-6 Jahre: € 2 ; ab 6 Jahre € 3,--
Anm.: Ermäßigter Eintritt bei Kauf eines 10er Blocks an der Kasse des Sportzentrums)

Anmeldefrist: 12. SEPTEMBER

Online unter:
www.schwimmresilienz.at/schwimmkurse/



KURSIHALT In diesen Einheiten arbeiten wir gezielt an deiner Schwimmtechnik und Ausdauer , damit du für zukünftige Schwimmkurse in der Schule bestens gewappnet bist!

- Brustschwimmen mit korrekter Ein- und Ausatmung (Grobform)
- Wechselbeinschlagschwimmen in Bauch-, und Rückenlage
- gezielte Gleitübungen & Tauchübungen
- Kopfsprung

MITZUBRINGEN:

Badeschuhe, Badehose/Anzug, Handtuch, Schwimmbrille (nur wenn bereits vorhanden !)- Testbrillen sind vorhanden bzw. Empfehlung für den Kauf einer idealen Kinderschwimmbrille in der 1. Einheit; Restliches Schwimmmaterial und Kinderneopren (bei Bedarf) wird zur Verfügung gestellt.

KURSLEITUNG:

Mag. Stefanie Petermann
Schwiminstruktorin für Kinder und Erwachsene
Bei weiteren Fragen erreichen sie mich unter:
stp@schwimmresilienz.at
Tel.: 0676 93 71 751
www.schwimmresilienz.at

Schwimmkäfer SchwimmNix und ich
freuen uns sehr dich begrüßen zu dürfen!

