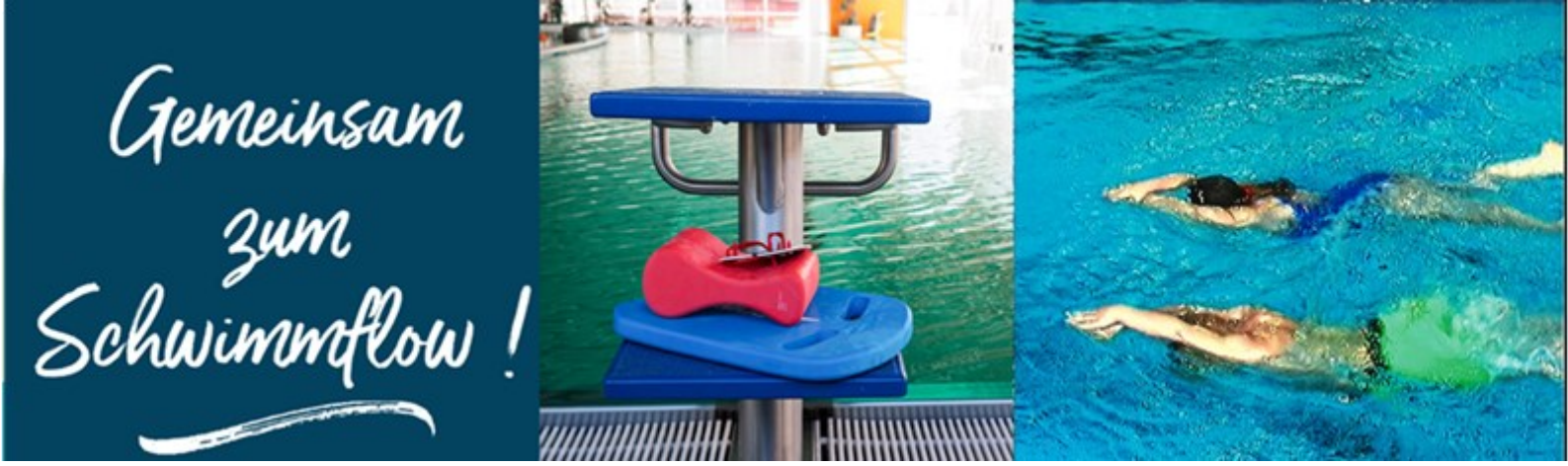


# ÜBUNGSSCHWIMMEN - Kids Technik

**WO & WANN?**
Schwimmhalle Landesfeuerwehrverband
(Florianistraße 22, Lebring )
**START: Montag, 15 APRIL**
Uhrzeit: 17:00-17:45 Uhr
Maximale TN-Anzahl: 8 Kinder

**TERMINE (5 EH)**
15. Apr; 22. Apr; 29. Apr; 06. Mai; 13. Mai

**VORAUSSETZUNG:**
ab 6 Jahren (Kurserfahrung Leicht, – bis Fortgeschritten ) und/oder 1 Breite Schwimmen

**ZIELGRUPPE:** Kinder ab 6 Jahren, die ihre Schwimmtechnik und Ausdauer verbessern möchten und für ihre zukünftigen Schwimmabzeichen üben möchten.

**KOSTEN**: € 95 ,-- ( inkl. Hallenmiete )

**ANMELDEFRIST: 12. APRIL**
**Online unter:** www.schwimmresilienz.at

Angebote Schwimmen – LEBRING

## INHALT

Wir üben gemeinsam an deiner Technik und Ausdauer damit du für deine zukünftigen Schwimmabzeichen bestens gewappnet bist!

Die Einheiten bestehen aus gezielten Übungen zu den Schwimmtechniken (Brust-, Rückenschwimmen und Kraulschwimmen). **Wir schwimmen auch mit Flossen!** Der Schwierigkeitsgrad der Übungen wird an dein Können angepasst. Deinen Schwimmumfang versuchen wir dabei behutsam aber gezielt zu steigern. Weitere Schwerpunkte:

- Kopfsprung
- Tieftauchen & Streckentauchen

**MITZUBRINGEN:**
Badesachen; Schwimmbrille (NUR wenn bereits vorhanden); Testbrillen sind vorhanden bzw. Empfehlung für eine geeignete Schwimmbrille in der 1. Einheit; restliches Übungsmaterial (Flossen, Schwimmbretter etc.), Neopren bei Bedarf gratis zur Verfügung

**BEI WEITEREN FRAGEN:**
Mag.ª Stefanie Petermann, MA
stp@schwimmresilienz.at
Tel.: 0676 93 71 751 ;
**Office Zeiten:** Mi, Do, Fr (09:00-12:00 Uhr)
www.schwimmresilienz.at