Gemeinsam zum Schwimmflow !





KIDS TECHNIK KURS (Di)

WO & WANN
Schwimmhalle Sportzentrum Pachern
Pachern-Hauptstraße 94 (8075 Hart bei Graz)
Maximale TN-Anzahl: 8 Kinder

START 10.11; 17.11, 24.11 und Ersatztermin bei Krankheit am 01.12 = 4. Termin bei Gesundheit

VORAUSSETZUNGEN :
Kurserfahrung (LF od. F) oder ab 5 Jahren und du kannst dich 10 Meter im tiefen Wasser sicher fortbewegen und tauchen und springen vom Beckenrand ins tiefe Wasser ist für dich kein Problem mehr

TREFFPUNKT: 17:15 -18:00 Uhr umgezogen in der Halle

KURSKOSTEN inkl. Hallenmiete exkl. Eintritt *:

74 EURO beinhalten Ersatztermin* bei Krankheit am 01.12; ein weiterer Ersatztermin wird nur bei Buchung eines Folgekurs gewährt

Zahlungsinfos erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung
1 Woche vor Kursstart (auch im Spamordner nachsehen)

*** AKTUELLE EINTRITTSPREISE**
https://www.hartbeigraz.at/Leben/Sport_und_Freizeit/Hallenbad

Online Buchung
www.schwimmresilienz.at –
Angebote Schwimmkurse -
Online Buchung - Pachern

KURSINHALT
In diesen Einheiten arbeiten wir gezielt an deiner Schwimmausdauer und verfeinern deine Schwimmtechniken , damit du für zukünftige Schulschwimmkurse sowie für die Absolvierung deiner ersten Schwimmabzeichen bestens gewappnet bist! Inhalte u.a.

- **Brustschwimmen mit Ein- und Ausatmung**
- Wechselbeinschlagschwimmen in Bauch - und Rückenlage mit/ohne Flossen
- Rückenschwimmen
- Kraulschwimmen (Grobform)
- Springen, gezielte Gleitübungen & Tauchübungen

MITZUBRINGEN:
Badeschuhe, Badehose/Anzug, Handtuch, Schwimmbrille (nur wenn bereits vorhanden !) - Testbrillen sind vorhanden bzw. Empfehlung für den Kauf einer idealen Kinderschwimmbrille in der 2. Einheit; restliches Schwimmmaterial sowie Kinderneopren (bei Bedarf) wird gratis zur Verfügung gestellt.

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

Schwimmkäfer SchwimmNix und ich freuen uns sehr auf dich !

