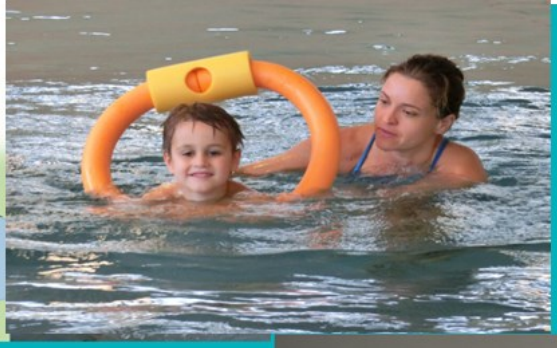
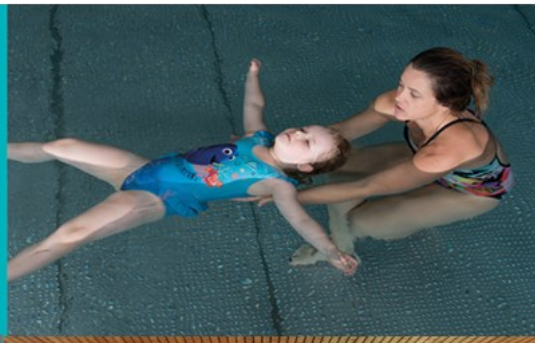
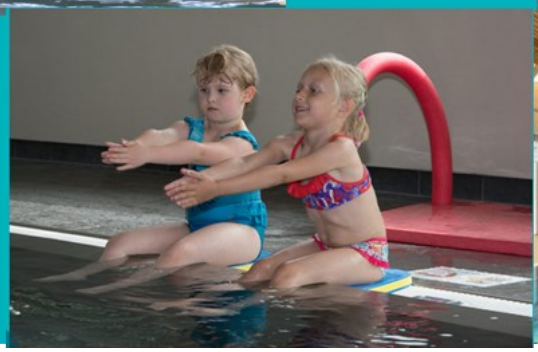






Wir gehen Schwimmen und nicht Baden!





ANFÄNGER BIS LEICHT FORTGESCHRITTEN

WO ? Hallenbad Trofaiach (Mittwoch)

5 TERMINE 13.01, 20. 01, 27.01, 03.02, 10.02
Ersatztermin bei Krankheit am 24.02 = 6. Termin bei Gesundheit

UHRZEIT: 15:30 - 16:15 Uhr
Treffpunkt: es reicht, wenn du pünktlich umgezogen in der Schwimmhalle

VORAUSSETZUNGEN: ab 4,5 Jahren sonst keine maximale TN-Anzahl: 5 Kinder

KURSKOSTEN exkl. Eintritt: 100 EUR
ein weiterer Ersatztermin wird nur bei Buchung eines Folgekurs gewährt

ZAHLUNGSINFOS erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung ca. 1 Woche vor Kursstart (auch im Spamordner nachsehen)

ONLINE BUCHUNG www.schwimmresilienz.at – Angebote Schwimmen - Trofaiach

KURSINHALT:
In diesen Einheiten arbeiten wir u.a. gezielt an deiner Schwimmtechnik und Ausdauer u.a.

- Wechselbeinschlagschwimmen in Bauch- und Rückenlage , Brustbeinschlag (Grobform)
- Brustarme & Brustbeine
- Springen, gezielte Gleitübungen & Tauchübungen



MITZUBRINGEN:
Badeschlappen, Badehose/Anzug, Handtuch, Getränk, restliches Schwimmmaterial wird zur Verfügung gestellt.

KURSLEITUNG:
Mag.ª Stefanie Petermann, MA
Schwimmtrainerin für Babys, Kinder und EW
Sportinstuktorin für präventives Sporttreiben
Office-Zeiten: Mi, Mi, Fr 09:00 -12:00 Uhr
Tel.: 0676 93 71 751
stp@schwimmresilienz.at

Online Buchung

Ich freue mich auf dich !
SchwimmNix

