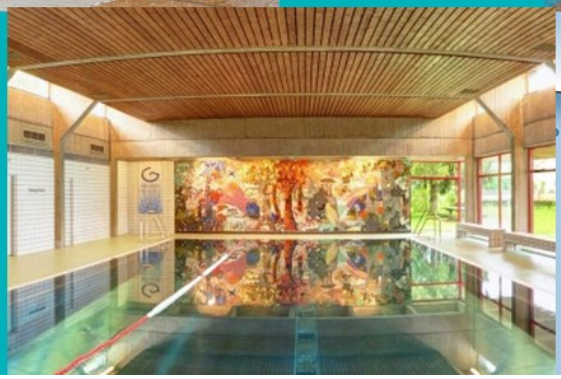






Wir gehen Schwimmen und nicht Baden!







ELTERN-KIND ÜBUNGSSCHWIMMKURS

WO ? Hallenbad Trofaiach
5 TERMINE 13.01, 20. 01, 27.01, 03.02, 10.02
1 Ersatztermin bei Krankheit am 24.02 = 6. Termin bei Gesundheit

BEGINN: 16:15 - 17:00 Uhr es reicht, wenn du **pünktlich** umgezogen in der Halle bist

VORAUSSETZUNG ab 2,5- 4 Jahren plus eine Begleitperson
ZIELGRUPPE : u.a. für Kinder, die sich noch nicht sicher genug im Element Wasser fühlen um schon alleine an einem Anfängerkurs teilzunehmen, trotzdem schon gezieltere Schwimmübungen erlernen möchten.

KURSKOSTEN exkl. Eintritt: 80 EUR
ein weiterer Ersatztermin wird nur bei Buchung eines Folgekurs gewährt

ZAHLUNGSINFOS erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung
5 Werktage vor Kursstart (auch im Spamordner nachsehen)

ONLINE BUCHUNG: www. schwimmreslienz.at
Angebote Schwimmen - Trofaiach

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

KURSINHALT
Der Kurs dient als optimale Vorbereitung für einen darauf aufbauenden Anfängerschwimmkurs.
Der Kurs bietet einen geschützten Raum um die Selbstwirksamkeit ihres Kindes im Element Wasser zu stärken und unter fachlicher Leitung eventuell vorhandene Ängste durch behutsame Wassergewöhnung gemeinsam abzubauen .

Wir üben das Fortbewegen in Bauch - und Rückenlage mit Brustarmen & Wechselbeinschlag mit/ohne Schwimmnudel. Ziel ist es den „engen“ Körperkontakt zur Begleitperson zu lösen, umso ein sicheres eigenständiges Fortbewegen im tiefen Wasser zu erlernen. Der Fokus liegt zudem auf einer sanften, langsamem Wassergewöhnung (Kopf ins Wasser bis hin zu kleineren Tauchübungen) als auch sicheren Beckenrandübungen .

MITZUBRINGEN:
Badehose/Anzug ; restliches Schwimmmaterial sowie Kinderneopren (bei Bedarf) wird gratis zur Verfügung gestellt.

Kinder-Neopren gratis zur Verfügung

Online Buchung

Ich freue mich auf dich !
SchwimmNix

