







Wir gehen Schwimmen und nicht Baden!

ELTERN-KIND Schwimmen

WO & WANN?
Hallenbad Deutschfeistritz - Schulgasse 1
Beginn: 16:00 –16:30 Uhr (umgezogen in der Halle)

START: 09.10, 16.10, 24.10, 30.10 (entfällt), 06.11
Ersatzeinheit bei Krankheit am **13.11** **= 5.** Einheit bei Gesundheit

TREFFPUNKT: es reicht vollkommen, wenn du pünktlich um 16:00 Uhr umgezogen in der Halle bist
VORAUSSETZUNG : ab 1,5- 3,5 Jahren plus eine Begleitperson , je nach Anzahl der Teilnehmer kann auch gerne eine weitere Begleitperson ohne Aufpreis dabei sein (einfach anfragen)

KURSKOSTEN inkl. Anteil Hallenmiete: **90 EUR**
beinhalten Ersatztermin bei Krankheit am 13.11
ein weiterer Ersatztermin wird nur bei Buchung eines Folgekurs gewährt

KURSBUCHUNG
www.schwimmresilienz.at
Angebote Schwimmkurse - Online Buchung - Deutschfeistritz

KURSLEITUNG: Mag.ª Stefanie Petermann, MA
Office-Zeiten: Mo Mi- Fr, 09:00 -12:00 Uhr
Tel.: 0676 93 71 751; E-Mail: stp@schwimmresilienz

KURSINHALTE
Der Kurs bietet einen geschützten Raum um die Selbstwirksamkeit ihres Kindes im Element Wasser zu stärken und unter fachlicher Leitung eventuell vorhandene Ängste gemeinsam abzubauen .

Flachwasserübungen (62 cm)
Begleitpersonen unterstützen Ihr Kind mit ersten Schwimmübungen mit/ohne Schwimmhilfen im Flachwasser. Ziel ist es den „engen" Körperkontakt zur Begleitperson zu lösen, umso ein sicheres eigenständiges Fortbewegen zu erlernen.
Der Fokus liegt auf einer sanften, langsamem Wassergewöhnung (Kopf ins Wasser bis hin zu kleineren Tauchübungen), sicheren Beckenrandübungen und gezielten Übungen der schwimmerischen Grundfertigkeiten.

Übungen im tiefen Wasser (1,25m)
Wir üben das Fortbewegen in Bauch - und Rückenlage mit Brustarmen & Wechselbeinschlag mit Schwimmnudel /Schwimmscheiben. Der Fokus liegt dabei auf sichere Halte- und Grifftechniken für Ihr Kind umso das Vertrauen ins tiefe Wasser zu stärken.

MITZUBRINGEN: Badehose/Anzug, Badeschlappen, Handtuch, restliches Schwimmmaterial & **Kinderneopren (bei Bedarf)** wird gratis zur Verfügung gestellt.

SchwimmNix und ich freuen uns sehr dich begrüßen zu dürfen!

