



*Wir gehen Schwimmen und nicht Baden!*



## Fortgeschritten

### WO & WANN

Schwimmhalle Landesfeuerwehrverband  
(Florianistraße 22, Lebring)

Maximale TN-Anzahl: 6 Kinder

Start: Donnerstag 20. März

Maximale TN-Anzahl: 7 Kinder

### VORAUSSETZUNGEN:

Kurserfahrung und /oder du kannst dich frei 4-8 Meter im tiefen Wasser fortbewegen und tauchen ist für dich kein Problem mehr

5 Termine: 08.05, 15.05, 22.05 (entfällt),  
28.05 (Mi), 05.06, 12.06

Uhrzeit: 16:45-17:30 Uhr

Ausnahmen: 28.05 /16:15-17:00 Uhr und  
12.06/ 17:45 Uhr EH mit Eltern

### KOSTEN

#### Kosten (5 EH)

Hallenmiete 15 Euro

Kursbeitrag 95 Euro

**Total: 110 Euro**



Online Buchung

### KURSIHALT

In diesen Einheiten arbeiten wir gezielt an deiner Schwimmtechnik und Ausdauer, damit du für zukünftige Schwimmkurse in der Schule bestens gewappnet bist!

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

**MITZUBRINGEN:** Badesachen, Badeschlappen, 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.**

**TREFFPUNKT:** es reicht, wenn du **pünktlich** umgezogen in der Schwimmhalle (grünen Matte)

**UMKLEIDE:** die Kabine für die Herren befindet sich gerade aus die für die Damen links

**PARKEN:** Vor dem Schranken parken und die restlichen paar Meter geradeaus zum Bad bitte zu Fuß bewältigen.

### BEI WEITEREN FRAGEN:

Mag.<sup>a</sup> Stefanie Petermann, MA

stp@schwimmresilienz.at

Tel.: 0676 93 71 751 / [www.schwimmresilienz.at](http://www.schwimmresilienz.at)

Office Zeiten: Mi, Do, Fr 09:00-12:00 Uhr

### KURSBUCHUNG

[www.schwimmresilienz.at](http://www.schwimmresilienz.at)

Angebote Schwimmen -

Lebring

Schwimmkäfer SchwimmNix  
und wir freuen uns sehr dich  
begrüßen zu dürfen!

