

Gemeinsam
zum
Schwimmflow!



KIDS TECHNIK KURS

WO? Hallenbad Trofaiach

BEGINN: MONTAG 02. MÄRZ

4+1 EH TERMIN:

02.03. 09.03, 16.03, 23.03 und EH am 13.04

UHRZEIT: 15:30 - 16:15 Uhr

Treffpunkt: es reicht, wenn du pünktlich umgezogen in der Schwimmhalle

VORAUSSETZUNGEN:

ab 5 Jahren und Kurserfahrung (A) und du kannst dich im tiefen Wasser ohne Schwimmhilfe 5 Meter fortbewegen
Maximale TN-Anzahl: 6 Kinder

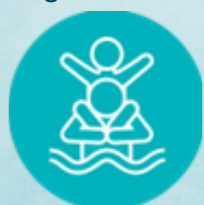
KURSKOSTEN 5 EH: € 94,-- exkl. Eintritte*

Details zum Kursablauf erhalten Sie nach ihrer erfolgreichen Anmeldung 5 Werktage vor Kursstart. Bitte auch im Spamordner nachsehen

ANMELDEFRIST: 28. FEBRUAR

Online Buchung www.schwimmresilienz.at -

Angebote Schwimmkurse - Online Buchung - Trofaiach



KURSYNHALT

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
- Rücken-, 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: Mi, Do, Fr 09:00-12:00 Uhr

Schwimmkäfer SchwimmNix und ich
freuen uns sehr auf dich!

