



## Übungsschwimmkurs Leicht Fortgeschritten

**WO?** Vitalbad Eisenerz **Start:** Donnerstag, 08. Januar  
**Treffpunkt:** 16:00 - 16:45 Uhr  
 es reicht, wenn du pünktlich umgezogen in der Halle bist

### VORAUSSETZUNG:

Kurserfahrung (A/LF) oder ab 4 Jahren  
 und Fortbewegen auf einer Schwimmmudel plus Kopf  
 unter Wasser

maximale Teilnehmerzahl: **6 Kinder**

### 5 Do TERMINE

08.01, 15.01, 22.01 (Pause), 29.01, 05.02, 26.02

**KURSKOSTEN** exkl. Eintritt\* : 82 EUR

**EINTRITT** (max. 60 min): 2,50 in bar /je Termin

Empfehlung Kauf einer Jahreskarte für Kinder

Zahlungsinfos erhalten Sie nach ihrer Anmeldung

1 Woche vor Kursstart (auch im Spamordner nachsehen)

### KURSIHALT:

In diesen Einheiten arbeiten wir u.a. gezielt an deinen  
 Brustarmen und einem wechselseitigem  
 Beinschlagesschwimmen in Bauch und-Rückenlage und  
 üben grob den Brustbeinschlag, damit du für deine  
 zukünftigen Schwimmkurse in Kiga und Schule bestens  
 gewappnet bist!

- Schweb- und Gleitübungen
- Kopf unter Wasser/ Tauchen

### MITZUBRINGEN:

Badeschuhe, Badehose/Anzug, Handtuch, Getränk,  
 Kinderschwimmbrille sowie restliches Schwimmmaterial  
 inkl. Kinderneopren (bei Bedarf) wird zur Verfügung  
 gestellt ! Beratung bezüglich Kauf einer idealen  
 Kinderschwimmbrille erfolgt in der 2. Einheit.

### BEI WEITEREN FRAGEN

ONLINE BUCHUNG  
[schwimmresilienz.at](http://schwimmresilienz.at)  
 Angebote Schwimmen  
 Online Buchung - Eisenerz



Stefanie Petermann  
 Zertifizierte Schwimmtrainerin  
[stp@schwimmresilienz.at](mailto:stp@schwimmresilienz.at)  
 Tel.: 0676 93 71 751  
 Office Mo, Mi, Fr 09:00-12:00

Schwimmkäfer SchwimmNix  
 und ich freuen uns auf dich!

