



## Fortgeschrittener Kurs

**WO?** Vitalbad Eisenerz

**Start:** Donnerstag, 03. MÄRZ

**Treffpunkt:** 16:30 - 17:15 Uhr

es reicht, wenn du pünktlich umgezogen in der Halle bist

### VORAUSSETZUNG:

Kurserfahrung (LF) oder ab 4,5 Jahren

und Fortbewegen auf einer Schwimmnudel im tiefen

Wasser plus tauchen ist kein Problem mehr

maximale Teilnehmerzahl: **6 Kinder**

**TERMINE:** 05.03, 12.03, 19.03, 26.03

**KURSKOSTEN** exkl. Eintritt\* : 72 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!**

