Gemeinsam zum Schwimmflow !





KIDS TECHNIK KURS (Di)

WO & WANN
Schwimmhalle Sportzentrum Pachern
Pachern-Hauptstraße 94 (8075 Hart bei Graz)
Maximale TN-Anzahl: 8 Kinder

START: 13.10 , 20.10, 27. 10 (Herbstferien)
03.11 , 10.11, 17.11 , 24.11 und 01.12
4 oder 6 Termine buchbar plus ein Ersatztermin bei Krankheit

VORAUSSETZUNGEN :
Kurserfahrung (LF od. F) oder ab 5 Jahren und du kannst dich 10 Meter im tiefen Wasser sicher fortbewegen und tauchen und springen vom Beckenrand ins tiefe Wasser ist für dich kein Problem mehr

TREFFPUNKT: 16:30 -17:15 Uhr umgezogen in der Halle

KURSKOSTEN inkl. Hallenmiete exkl. Eintritt *:
4+1 EH **84 EUR** – EH 17.11 = 5 . Termin bei Gesundheit
6 +1 EH **120 EUR** - EH 01.12 = 7. Termin bei Gesundheit

Zahlungsinfos erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung
1 Woche vor Kursstart (auch im Spamordner nachsehen)

*** AKTUELLE EINTRITTSPREISE**
https://www.hartbeigraz.at/Leben/Sport_und_Freizeit/Hallenbad

Online Buchung
www.schwimmresilienz.at –
Angebote Schwimmkurse -
Online Buchung - Pachern

KURSINHALT
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: Mo, Mi, Fr 09:00-12:00 Uhr

Schwimmkäfer SchwimmNix und ich freuen uns sehr auf dich !

