

Gemeinsam
zum
Schwimmflow!



KIDS TECHNIK KURS (Di)

WO & WANN

Schwimmbhalle 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: 17:15 -18:15 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



KURSIHALT

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!

