



KIDS TECHNIK (MO)

WO? Hallenbad Trofaiach

START: **21.09.** 28.09, 05.10, 12.10 entfällt, 19.10, 26.10 (entfällt) und Ersatztermin bei Krankheit am **02.11** = 5. Termin bei Gesundheit

VORAUSSETZUNGEN :

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

UHRZEIT: 15:45 - 16:30 Uhr

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

KURSKOSTEN exkl. Eintritt: 85 EUR

beinhalten Ersatztermin bei Krankheit am 19.10 ein weiterer Ersatztermin wird nur bei Buchung eines Folgekurs gewährt

ZAHLUNGSIINFOS erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung ca. 1 Woche vor Kursstart (auch im Spamordner nachsehen)

ONLINE BUCHUNG www.schwimmresilienz.at – Angebote Schwimmen - Trofaiach

KURSIINHALT

In diesen Einheiten arbeiten wir gezielt an deiner Schwimmausdauer und verfeinern deine Schwimmtechniken, damit du für zukünftige Schulschwimmkurse sowie für die Absolvierung deiner ersten Schwimtabzeichen 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:

Badeschlappen, Badehose/Anzug, Handtuch, Getränk, restliches Schwimmmaterial plus Kinderschwimmbrillen werden zur Verfügung gestellt.

KURSLEITUNG: Mag.^a Stefanie Petermann, MA Schwimmtrainerin für Babys, Kinder und EW Sportinstructorin für präventives Sporttreiben
Office-Zeiten: Mi, Mi, Fr 09:00 - 12:00 Uhr
Tel.: 0676 93 71 751
stp@schwimmresilienz.at



Online
Buchung

Ich freue mich auf dich !
SchwimmNix

