

Gemeinsam
zum
Schwimmflow!



Fortgeschritten (Do)

WANN & WO?

Vitalbad Eisenerz

START: Donnerstag, 2. Oktober

TREFFPUNKT: 17:15 - 18:00 Uhr umgezogen in der Halle

VORAUSSETZUNG: Kurserfahrung (LF) oder ab 5 Jahren und Tauchen sowie Fortbewegen im tiefen Wasser (5-8 Meter) sind kein Problem mehr für dich
maximale Teilnehmerzahl: 6 Kinder

4+1 EH TERMINE: 09.10, 16.10, 06.11, 13.11,
EH SA 18.10 - 10:15 Uhr

KURSKOSTEN exkl. Eintritt* : 75 EUR

EINTRITT (max. 60 min): 10 EUR (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)

KURSinHALT:

In diesen Einheiten arbeiten wir gezielt an deiner Schwimmausdauer und verfeinern deine Schwimmtechnik, damit du für zukünftige Schulschwimmkurse sowie für die Absolvierung deiner ersten Schwimmabzeichen bestens gewappnet bist!
Inhalte u.a.

- Wechselbeinschlagschwimmen in Bauch- und Rückenlage
- Brustarme mit Ein- und Ausatmung
- Springen, gezielte Gleitübungen & Tauchübungen

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.

ONLINE BUCHUNG
schwimmresilienz.at
Angebote Schwimmen
Online Buchung - Eisenerz



Stefanie Petermann
Zertifizierte Schwimmtrainerin
stp@schwimmresilienz.at
Tel.: 0676 93 71 751
Office Mi, Do, Fr 09:00-12:00

Schwimmkäfer SchwimmNix und ich
freuen uns sehr auf dich!

