

Gemeinsam
zum
Schwimmflow!



Kids Technik Schwimmkurs

WO & WANN?

Hallenbad Deutschfeistritz - Schulgasse 1

Start: **Freitag, 09. MAI**

Treffpunkt: pünktlich um **15:15-16:00 Uhr**

umgezogen in der Schwimmhalle

Teilnehmeranzahl: 7 Kinder

6 Termine : 09.05, 16.05, 23.05, 06.06, 13.06, 27.06

Uhrzeit: 15:15-16:00 Uhr

VORAUSSETZUNG:

KURSERFAHRUNG (mind. LF) oder ab 5 Jahren

und 1 Breite Schwimmen im tiefen Wasser

(Deutschfeistritz 8 Meter) und tauchen ist für dich kein Problem mehr.

KOSTEN inkl. Eintritt

6 EH: 112,-- Euro

ANMELDEFRIST: **25 MAI**

Online unter: www.schwimmresilienz.at

Angebote Schwimmen – Deutschfeistritz



INHALT

Wir üben gemeinsam an deiner Technik und Ausdauer damit du für deine ersten Schwimmbzeichen bestens gewappnet bist!

Die Einheiten bestehen aus gezielten Übungen zu den einzelnen Schwimmtechniken (Brust-, Rückenschwimmen). Der Schwierigkeitsgrad der Übungen wird an dein Können angepasst. Deinen Schwimmumfang versuchen wir dabei behutsam aber gezielt zu steigern.

Weitere Schwerpunkte:

- Kopfsprung
- Tieftauchen & Streckentauchen

MITZUBRINGEN:

Badesachen; Schwimmbrille (NUR wenn bereits vorhanden); Testbrillen sind vorhanden bzw. Empfehlung für eine geeignete Schwimmbrille in der 1. Einheit; restliches Übungsmaterial (Flossen, Schwimmbretter) wird zur Verfügung gestellt. 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: Mi, Do, Fr (08:30-13:00 Uhr)

www.schwimmresilienz.at