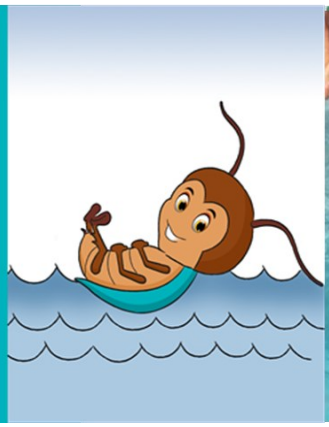
WERDE **POOL-FIT !**
MIT SCHWIMKÄFER

SCHWIMMNIX



POOL-FIT! - KURS

Wann & Wo ?

Schwimmhalle Sportzentrum Pachern
Pachern-Hauptstraße 94 (8075 Hart bei Graz)
START: Dienstag, **7. MAI**

4 oder 6 EH : 07.MAI 14.05, 21.05, 28.05
04.06, 11.06

TREFFPUNKT: 16:30 -17:15 Uhr
(umgezogen in der Schwimmhalle)

VORAUSSETZUNGEN:
1,5 – 4 Jahren (plus eine Begleitperson **)**

KURSKOSTEN (inkl. Hallenmiete:)
4 EH: € 64,-- **6 EH** : € 88,-- **(** exkl. Eintritt)

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

ANMELDEFRIST: 5.MAI
Anmeldungen werden in der Reihenfolge Ihres Eingangs berücksichtigt !

ONLINE ANMELDUNH www.schwimmresilienz.at – Angebote Schwimmkurse

Schwimmkurse Online Buchung
Pachern

Werde Pool-Fit! für den Sommer mit Schwimmkäfer SchwimmNix !

Sie erlernen, wie Sie Ihr Kind mit sicheren Halte-, und Grifftechniken im Freibad oder auch im Privatpool im Sommer unterstützen können; zudem auf was Sie bei einer einfühlsamen Wassergewöhnung achten sollten.
Dabei soll Ihr Kind mit Ihrer Unterstützung das Element Wasser als Spiel-, und Übungsraum nicht nur lieben, sondern vor allem einen sicheren Umgang im und am Wasser (bzw. Pool) erlernen.

Weitere Kurs-Schwerpunkte

- „Der Beckenrand mein sicherer Ort“ – Übungen
- sichere Halte-, und Grifftechniken
- gezielte Wasserwiderstandsübungen
- aktive Bewegungsübungen /Anregungen der Arme und Beine

...in Verbindung mit Liedern , altersgerechtem Spielzeug und gemeinsamen Spielen.

MITZUBRINGEN: Schwimmwindel, Handtuch, **Babywarmer und Kinderneopren (bei Bedarf)** und restliches Schwimmmaterial wird gratis zur Verfügung gestellt.

KURSLEITUNG/ BEI WEITEREN FRAGEN
Mag. Stefanie Petermann, MA
Schwimmtrainerin & Gesundheitspädagogin
Tel.: 0676 93 71 751
E-Mail: stp@schwimmresilienz.at

www.schwimmresilienz.at