

Gemeinsam zum Schwimmflow!



Kids Technik Schwimmkurs

WO & WANN?

Hallenbad Deutschfeistritz - Schulgasse 1

START: 06.02, 13.02, 27.02, 06.03, 13.03, 20.03

Treffpunkt: pünktlich um **15:50-16:35 Uhr**

umgezogen in der Schwimmhalle

Teilnehmeranzahl: 7 Kinder

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. Hallenmiete

6 EH: 118,-- Euro

ANMELDEFRIST: 5. FEBRUAR

Online unter: www.schwimmresilienz.at
Angebote Schwimmen – Deutschfeistritz



INHALT

Wir üben gemeinsam an deiner Technik und Ausdauer damit du für deine ersten Schwimmabzeichen 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