

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 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