



Gemeinsam zum
Schwimmflow

ANMELDUNG
www.schwimmresilienz.at
Angebote Schwimmkurse



Online
Buchung



KIDS TECHNIK - Übungsschwimmen

WO & WANN?

Freibad Sankt Gallen

START: Montag, 7. Juli

Maximale TN-Anzahl: 7 Kinder

5 EH 07. -11.07.2024

Ersatztermine bei Schlechtwetter

Nach Absprache (Sa-Mo)

TREFFPUNKT: 16:45 -17:35 Uhr

(umgezogen grüne Matte)

VORAUSSETZUNGEN : ab 6-12 Jahren

1 Breite / Schwimmen

ZIELGRUPPE: Kinder, die ihre Schwimmtechnik und

Ausdauer verbessern möchten und für ihre

zukünftigen Schwimmabzeichen üben möchten.

KOSTEN (5 EH): € 85,- exkl. Eintritt

Der Eintritt (1 Euro/Einheit) ist bei der Kasse zu bezahlen oder Saisonkarte vorzeigen.

ANMELDUNG

Online unter www.schwimmresilienz.at -

Angebote Schwimmkurse - **Sankt Gallen**

Zahlungsinfos erhalten Sie nach erfolgreicher

Anmeldung 5 Werktage vor Kursstart per E-Mail

Bitte auch im Spamordner nachsehen!

KUR SINHALT

Wir üben gemeinsam an deiner Technik und

Ausdauer damit du für deine zukünftigen

Schwimmabzeichen bestens gewappnet bist!



Die Einheiten bestehen aus gezielten Übungen

zu den einzelnen Schwimmtechniken (Brust-, Rücken- und Kraulschwimmen).

Der Schwierigkeitsgrad der Übungen wird an dein Können angepasst.

Deinen Schwimmumfang versuchen wir dabei gezielt zu steigern. Weitere Schwerpunkte:

- Kopfsprung
- Tieftauchen
- Streckentauchen
- Flossenschwimmen

MITZUBRINGEN: Handtuch, Schwimmbrille

(nur wenn bereits vorhanden !) - Testbrillen sind

vorhanden bzw. Empfehlung für den Kauf einer

idealen Kinderschwimmbrille in der 2. Einheit

BEI WEITEREN FRAGEN:

Mag.^a Stefanie Petermann, MA

stp@schwimmresilienz.at; Tel.: 0676 92 71 751

Office Zeiten: Mi, Do, Fr 09:00-12:00 Uhr

ANMELDEFRIST 1.APRIL
www.schwimmresilienz.at

