

# AUGUST SCHWIMMKURSE Freibad Paldau



IM ZEITRAUM  
01. AUGUST (Sa) – 07. AUGUST (Fr)



## KURSLEVEL FORTGESCHRITTEN

### WO & WANN?

Freibad Paldau Start am 01. August (SA)

Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr
1	2	3	4	5	6	7
Start						

UHRZEIT: 17:15-18:00 Uhr

### VORAUSSETZUNGEN :

ab 5 Jahren und ein sicheres Fortbewegen im tiefen Wasser ohne Schwimmhilfe ist mindestens 5 Meter möglich

### Kursdauer

**4 + 2 garantierte Ersatztermine**

bei Schlechtwetter im Kurszeitraum  
96 EURO exkl. Eintritt \*inkl. Fahrtkosten Trainerin

\* **EINTRITT** ins Freibad  
wird von der Gemeinde übernommen

### ZAHLUNGINFOS und Infos zum Kursablauf

erhältst du 6 Werktage vor Kursstart per E-Mail.  
Bitte auch im Spamordner nachsehen

### Bei weiteren Fragen

Mag.<sup>a</sup> Stefanie Petermann, MA  
Dipl. Schwimmtrainerin für Kinder & EW  
Office Zeiten: Mi & Fr 09:00-12:00  
0676 93 71 751 - stp@schwimmresilienz.at

## KURSinHALT

In diesen Einheiten arbeiten wir gezielt an deinen Brustarmen und einem wechselseitigem Beinschlagschwimmen in Bauch & Rückenlage und üben grob den Brustbeinschlag, damit du für zukünftige Schwimmkurse in der Kiga und Schule bestens gewappnet bist!

- Schweb- und Gleitübungen
- Kopf unter Wasser/ Tauchen
- Springen

**MITZUBRINGEN:** Badehose/Anzug, Handtuch, Schwimmbrille nur wenn bereits vorhanden; Übungsbrillen sind vorhanden bzw. Empfehlung für den Kauf einer idealen Kinderschwimmbrille erhältst du per E-Mail 6 Werktage vor Kursstart; restliches Schwimmmaterial sowie **Kinderneopren (bei Bedarf)** wird gratis zur Verfügung gestellt.



ONLINE BUCHUNG: [schwimmresilienz.at](http://schwimmresilienz.at)  
Angebote Schwimmkurse – Paldau

