



WERDE POOL-FIT!
MIT SCHWIMKÄFER

SCHWIMMIX



POOL-FIT! - KURS



Wann & Wo ?

Schwimmhalle Sportzentrum Pachern

Pachern-Hauptstraße 94 (8075 Hart bei Graz)

START: Dienstag, 03. Juni

5 Termine: 03.06, 10.06, 17.06, 24.06 und 01.07

TREFFPUNKT: 16:30 -17:15 Uhr

(umgezogen in der Schwimmhalle)

VORAUSSETZUNGEN:

1,5 - 4,5 Jahren (plus eine Begleitperson)

KURSKOSTEN (inkl. Hallenmiete:)

5 EH : € 80,- exkl. Eintritt

Eintritt Hallenbad : Kinder bis zum 3. Geburtstag gratis

Eintrittspreise unter

https://www.hartbeigraz.at/Leben/Sport_und_Freizeit/Hallenbad

Zahlungsinfos erhalten Sie nach ihrer Anmeldung

1 Woche vor Kursstart (auch im Spamordner nachsehen)

ANMELDEFRIST: 25.MAI

Anmeldungen werden in der Reihenfolge Ihres Eingangs berücksichtigt !

ONLINE ANMELDUNG www.schwimmresilienz.at -
Angebote Schwimmkurse



Schwimmkurse Online Buchung
Pachern

Werde Pool-Fit! für den Sommer mit Schwimkäfer *SchwimmMix!*

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