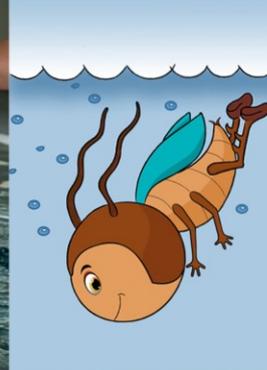


Wir gehen  
Schwimmen und  
nicht Baden!



## LEICHT- BIS FORTGESCHRITTEN

### WO & WANN?

Hallenbad Trofaiach

**START: MONTAG 28. APRIL**

**Treffpunkt:** es reicht, wenn du pünktlich umgezogen in der Schwimmhalle  
Maximale TN-Anzahl: 6 Kinder

**5 Termine:** 28.04. 05.05, 12.05, 19.05, 26.05

**Uhrzeit:** 14:30 - 15:15 Uhr

### VORAUSSETZUNGEN:

ab **4,5 Jahren** und Kurserfahrung; oder du kannst dich im tiefen Wasser mit Schwimmmudel sicher 25 Meter fortbewegen und tauchen ist kein Problem mehr für dich (2-3 Meter)

### KURSKOSTEN exkl. Eintritte

5 EH: € 82,--

Details zum Kursablauf erhalten Sie nach ihrer erfolgreichen Anmeldung 5 Werktage vor Kursstart. Bitte auch im Spamordner nachsehen!

**ANMELDEFRIST: 20. APRIL**



Online **BUCHUNG**

[www.schwimmresilienz.at](http://www.schwimmresilienz.at) –

Angebote Schwimmen - Trofaiach

### KURSIHALT:

In diesen Einheiten arbeiten wir u.a. gezielt an deiner Schwimmtechnik .

- Wechselbeinschlagschwimmen in Bauch- und Rückenlage
- Brustarme & Brustbeine
- Springen, gezielte Gleitübungen & Tauchübungen

### MITZUBRINGEN:

Badeschlappen, Badehose/Anzug, Handtuch, Getränk, Restliches Schwimmmaterial wird zur Verfügung gestellt! **Kinderneopren wird (bei Bedarf) gratis zur Verfügung gestellt.**

### BEI WEITEREN FRAGEN:

Mag.<sup>a</sup> Stefanie Petermann, MA

[stp@schwimmresilienz.at](mailto:stp@schwimmresilienz.at)

Tel.: 0676 93 71 751

**Office Zeiten:** Di, Do, Fr (08:30-13:00 Uhr)

[www.schwimmresilienz.at](http://www.schwimmresilienz.at)

SchwimmNix und ich  
freuen uns sehr dich  
begrüßen zu dürfen!

