

Gemeinsam
zum
Schwimmflow!



ÜBUNGSSCHWIMMEN - Kids Technik

WO & WANN?

Schwimmhalle Sportzentrum Pachern
Pachern-Hauptstraße 94 ; 8075 Hart bei Graz

START: Dienstag, 17. SEPTEMBER

Maximale TN-Anzahl: 7 Kinder

BEGINN: 17:15-18:00 Uhr

6 EH oder

4 EH (freie Terminwahl oder auch gern 14 täglich)

17.09, 24.09, 02.10, 08.10, 15.10, 22.10, 29.10

Treffpunkt: umgezogen in der Schwimmhalle

VORAUSSETZUNG:

ab 6 Jahren und 1 Breite Schwimmen

ZIELGRUPPE: Kinder, die ihre Schwimmtechnik und Ausdauer verbessern möchten und für ihre zukünftigen Schwimmabzeichen üben möchten.

KOSTEN (inkl. Hallenmiete):

4 EH : € 78,- (exkl. Eintritt)

6 EH : € 112,- (exkl. Eintritt)

Zahlungsinfos erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung

Eintritt Bad : Kinder bis zum 3. Geburtstag gratis

Kinder € 4,-, Erwachsene € 5,- ;Anm.: Ermäßigter

Eintritt bei Kauf eines 10er Blocks an der Kasse des Sportzentrums

ANMELDEFRIST: 10. SEPTEMBER

Online unter: www.schwimmresilienz.at

Angebote Schwimmen - Pachern

INHALT

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-, 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