

Gemeinsam
zum
Schwimmflow!



ÜBUNGSSCHWIMMEN - Kids Technik

WO & WANN?

Hallenbad Deutschfeistritz - Schulgasse 1

START: Freitag, 20. SEPT

Treffpunkt: 15:15 - 16:00 Uhr umgezogen in der Schwimmhalle

Maximale TN-Anzahl: 7 Kinder

6 TERMINE

20.09, 27.09, 04.10, 11.10, 18.10, 25.10

VORAUSSETZUNG:

1 Breite Schwimmen im tiefen Wasser

ZIELGRUPPE: Kinder ab 6 Jahren, die ihre Schwimmtechnik und Ausdauer verbessern möchten und für ihre zukünftigen Schwimmabzeichen üben möchten.

KOSTEN inkl. Eintritt

4 oder 6 EH: € 76,- / € 114,-

ANMELDEFRIST: 14 SEPTEMBER

Online unter: www.schwimmresilienz.at
Angebote Schwimmen - Deutschfeistritz



INHALT

Wir üben gemeinsam an deiner Technik und Ausdauer damit du für deine ersten 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)