



SCHWIMMKURS FÜR ANFÄNGER/INNEN

5 bis 14 Jahre, unter der Anleitung von erfahrenen Schwimmcoaches m/w

IN DEN OSTERFERIEN

27.März 2018 - 31.März 2018

11 bis 12 Uhr ODER 12 bis 13 Uhr

Treffpunkt Kassa Theresienbad, jeweils 15min VOR Beginn!
Nach dem Schwimmen gibt es für alle eine gesunde Jause.

KURSZIELE

Wassergewöhnung, Wasserbewältigung,
Untertauchen, Atmung, Gleiten und Schweben,
Kraulbeinschlag/Rückenbeinschlag,
erste Fortbewegungstechniken an der Wasseroberfläche,
Sprung ins Wasser vom Beckenrand und
selbständiges Schwimmen zurück zum Rand

ANMELDUNG

SCHWIMMKURS@ZEITRAUM.ORG oder Tel.: 01 / 892 74 00

BEGRENZTE ANZAHL AN PLÄTZEN VORHANDEN!

