Schwimmkurse

Kraul- und Rückenschwimmkurs für Schüler ab 8 Jahre

KÄRNTEN THERME Warmbad-Villach

WEISS ATHLETICS
training · coaching · nutrition

KURSZEITEN
2 x wöchentlich (Dienstag & Donnerstag)
13. November bis 18. Dezember 2018

von 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
10 Einheiten à 60 Minuten

KURSKOSTEN: EUR 130,– (exkl. Eintritte)

Dienstag, 02. Oktober 2018
Donnerstag, 04. Oktober 2018
Dienstag, 09. Oktober 2018
Donnerstag, 11. Oktober 2018
Dienstag, 16. Oktober 2018
Donnerstag, 18. Oktober 2018
Dienstag, 23. Oktober 2018
Donnerstag, 25. Oktober 2018
Dienstag, 30. Oktober 2018
Dienstag, 06. November 2018

KURSINHALT
- Beinschlag
- Wasserlage
- Atmung
- Armbewegungen
- Kondition & Koordination

KURSVORAUSSETZUNGEN
- selbständiges Schwimmen OHNE Hilfsmittel (Brustschwimmen)
- Grundausdauer im Schwimmen (50 m)
- gewöhnter Umgang im Element Wasser (Kopf Unterwasser etc.)
- Handtuch, Schwimmbrille (!), Badehaube, enge Badebekleidung

KURSLEITUNG UND VERANSTALTER
Klaus Weiss, staatlich geprüfter Schwimminstruktor und Ex-Leistungsschwimmer

KURSANMELDUNG
Klaus Weiss
Klagenfurt am Wörthersee
Telefon: +43 650 8220211
E-Mail: office@weiss-athletics.at