

Bronzekurse

in den Oster- und Herbstferien



In den Osterferien sowie in den Herbstferien wird vom SV Nienhagen

Bronze-Crashkurse

angeboten.

Dies bedeutet: Die Kinder kommen jeden Tag morgens für eine Trainingsstunde ins Schwimmbad.

Das Ziel dieses Intensivkurses ist das Bronzeabzeichen.

Das Training ist sehr vielseitig und auf keinen Fall langweilig!

In kürzester Zeit erlernen die Kinder Folgendes:

1. schweben, gleiten, tieftauchen, Streckentauchen
2. Startsprung (ansatzweise)
3. die Schwimmart „Brust“ wird verfeinert
4. Rückenschwimmen (in grober Form)
5. Flossenschwimmen
6. Kraulbeine
7. Kraulschwimmen (in grober Form)
8. die Kondition und Ausdauer wird spielerisch antrainiert



Selbstverständlich ist uns daran gelegen, dass bei diesen Kursen

Spiel, Spaß und viel Freude am Element Wasser

nicht zu kurz kommen.

Eine frühzeitige Reservierung lohnt sich. Auf rege Teilnahme freut sich unsere versierte Übungsleiterin und bittet um telefonische Vorabanmeldung:

Karola Blendner

Tel.: 0174-7264103

