

Im schönen Freibad Duvenstedt:



SCHWIMMKURSE FÜR ERWACHSENE

Schwimmtechnik erlernen - Schwimmtechnik verbessern

Wie geht richtiges Kraulschwimmen?

Wie kann ich meinen Brustbeinschlag verbessern?

Wie funktioniert die richtige Atmung beim Kraulschwimmen?

Wie komme ich besser in die Gleitphase beim Schwimmen?

Wie lerne ich richtig Rückenschwimmen?

Wie kann ich mein Schwimmtraining gestalten, um eine bessere Ausdauer zu bekommen?

Diese und noch viele andere Fragen beantworten wir Ihnen in einem individuellen Intensivkurs in kleinen Gruppen.

Starttermine:	9. Juli 2023 und 6. August 2023
Kursdauer:	4 x 1 Stunde
Tag und Uhrzeit:	immer sonntags 16.00 - 17.00 Uhr im Freibad Duvenstedt
Teilnehmer:	max. 4 Teilnehmer (keine Nichtschwimmer)
Kosten:	100,00 €/Kurs je Teilnehmer
Weitere Informationen:	robby-schwimmschule@hotmail.com
Anmeldung:	Anmeldeformular