



Angebot für Erwachsene:

Technik-Schwimmkurs „alle Lagen“ (= Kurs 2)

max. 8 Kursteilnehmer/innen

Geplante Termine: 24.9./1.10./8.10./15.10./22.10./5.11./12.11./19.11./3.12./10.12.

- Wann:** ab **24.9.**, immer dienstags von 19.45-20.25Uhr,
10 Einheiten
- Zielgruppe:** Schwimm-Erfahrene mit Vorkenntnissen in allen Lagen und
individueller Zielstellung
- Voraussetzungen:** Gute Grundkenntnisse im Kraul-, Rücken- und Brustschwimmen,
vorhandene Ansätze Delfinschwimmen
Vereinsmitgliedschaft!
- Ziele/Inhalte:** Verbesserung der Schwimmtechnik in allen Lagen, Eingehen auf
individuelle Ziele, Praxistipps zur Trainingsgestaltung u. ä.
- Trainerin:** Eva Rickert (Schwimmtrainerin mit C-Lizenz)
- Kosten:** 70,00€ für 10 x 40Minuten
(Abbuchung per SEPA-Lastschrift vom vereinsbekannten Konto)
- Anmeldung:** Verbindlich, entweder per Email an hannowsky@sv-nikar.de
oder per Telefon unter 06221-47 10 10, mit Angabe des
Namens, Email-Adresse und Kurswunsch.

Für Rückfragen steht Maike Hannowsky in der Geschäftsstelle
gerne zur Verfügung.