



Neue Schwimmkurse bei der SG Weiterstadt Seepferdchen- und Bronzekurse für Kinder und Kraulkurs für Erwachsene

Weiterstadt – wenn nach den Weihnachtsferien das Weiterstädter Hallenbad wieder seine Tore öffnet, ist auch die SG Weiterstadt wieder am Start. Wir freuen uns, dass wir mit einem motivierten Trainerteam viele Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene anbieten können.

Ziel der Seepferdchenkurse für Kinder ist das Erlernen und Erfahren der Fortbewegung im Wasser. Die Kinder lernen, sich mit gezielten Bewegungen (Brustschwimmen) im Wasser fortzubewegen, sowie Tauchen und ins Wasser springen. Im Rahmen des Kurses wird der/die Trainer/in bei Aussicht auf Erfolg, die Abnahme der Seepferdchen-Prüfung spielerisch einbinden. Die Kosten belaufen sich für SGW-Mitglieder auf 109,00 €, für Nicht-Mitglieder auf 129,00 €.

Der Bronze- auch sog. "Freischwimmer"-Kurs hat das Ziel, die Schwimmtechnik weiter auszubauen sowie sicher mehrere Bahnen schwimmen zu können. Dafür werden gezielt die Fertigkeiten im Brustschwimmen und Tauchen verbessert. Es werden auch erste Erfahrungen im Rückenschwimmen vermittelt und die allgemein Kondition, um längere Strecken zurückzulegen, verbessert. Sobald das Kind vom Schwimmniveau weit genug ist, wird der Trainer vorschlagen, die Prüfung zum Bronze-Schwimmabzeichen zu versuchen. Für SGW-Mitglieder kostet dieser Kurs 59,00 €, für Nicht-Mitglieder 78,00 €.

Inhalt des Anfänger-Kraulkurses für Erwachsene ist das Erlernen der Grundlagen im Kraulschwimmen sowie der Atmung als Basis für weitere Schwimmstile. Der Kurs richtet sich an Erwachsene, die noch keine oder nur kurze Strecken im Kraulstil zurücklegen können. Im Kurs werden die Aspekte Atmung, Armzüge sowie Beinbewegungen und Wasserlage im Kraulschwimmen vermittelt. SGW-Mitglieder bezahlen 150,00 €, Nicht-Mitglieder 180,00 €.

Alle Kurse finden in Kleingruppen unter Leitung von ausgebildeten Trainerinnen und Trainern statt, die auf individuelle Bedürfnisse eingehen können. Wer nicht auf Anhieb einen Platz ergattern kann, braucht nur ein kleines bisschen Geduld, denn es geht ohne Pause weiter mit neuen Kursen.

Zur Anmeldung schauen Sie bitte auf unsere HP: <http://sg-weiterstadt.de/schwimmen>

Cornelia Wameling