

Kinderschwimmkurse

Januar – März 2020

FORUM Sumiswald
Hallenbad Lützelflüh

Hallenbad Lützelflüh

Kursleitung: **Christine Zaugg / Monika Eggimann**

Ab Dienstag 07. Januar 2020

16.15-16.55 Uhr Level 1 & 2 (Krebs & Seepferd)

17.00-17.40 Uhr Level 3 & 4 (Frosch & Pinguin)

17.45-18.25 Uhr Level 5 - 8 (Tintenfisch / Krokodil / Eisbär)

Teilnehmerzahl: 5 - 8 Teilnehmer pro Kurs.

Kosten: Kinderkurse 8 Lektionen

1. Kind Fr. 210.00 2. Kind Fr. 205.00 3. Kind Fr. 195.00

inkl. Level /Medaille oder Abzeichen und Badeintritt

Für Fragen stehe ich gerne zur Verfügung.

Anmeldungen werden nach Eingang verarbeitet.

Weitere Kurse auf Anfrage.

Kein passendes Angebot gefunden?

Ich freue mich auf Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.



WASICO

Christine Zaugg

Lehnstrasse 6

6144 Zell LU

Tel +41 79 364 14 58

Mail christine.zaugg@wasico.ch

Home www.wasico.ch



Christine Zaugg
WASICO GmbH
Lehnstrasse 6
6144 Zell LU
Tel +41 79 364 14 58
Mail christine.zaugg@wasico.ch
Home www.wasico.ch

swiss
swimming

Neues Schwimmkonzept

Ich bin Ihre Ansprechpartnerin im Bereich Privat- und Gruppenunterricht, Rettungsschwimmen SLRG Grund- und Wiederholungskurse, ebenso für den Schulschwimmunterricht.

Ziel unserer Kurse ist, in einer entspannten und fröhlichen Atmosphäre die Lust im und am Wasser zu wecken und zu fördern.

Swiss-swimming hat ein innovatives Ausbildungsmodell. Es ist nach den neuesten, sportpädagogischen Erkenntnissen konzipiert. Ihre Kids erhalten einen Pass, wo sie mit Medaillenklebern ihren Lernfortschritt festhalten. So gelangen sie sicher wie in kaum einer anderen Sportart zu der wichtigen körperlichen Aktivität. Die Sicherheit am und im Wasser ist von essenzieller Bedeutung. Das Schwimmen zu beherrschen erhöht die Sicherheit und sensibilisiert die Kinder Gefahren zu erkennen. Aus diesem Grund, haben Monika Eggimann und ich, uns für die Grundlagen Schwimmen von swiss-swimming entschieden und werden ab Oktober 2018 mit diesen arbeiten.

Jene Kinder die bereits mit den Grundlagentests gestartet haben, dürfen diese wie auf der Ausschreibung erwähnt weiterführen.

Zu den oben erwähnten Medaillenklebern erhalten Ihre Kids nach Abschluss folgender Levels eine Medaille mit Band zum Umhängen.

Level 1 und 2 Bronzemedaille

Level 3 und 4 Silbermedaille

Level 5,6 und 7 Goldmedaille

Inhalte

Level 1

- Ohne Hilfe in das Wasser gehen und aus dem Wasser steigen
- Tauchen Atmen und Orientieren
- Schweben
- Sprung vom Beckenrand

Level 2

- Gleiten in Bauch- und Rückenlage
- Wechselbeinschlag
- Sprung mit vollständigem unter Wasser-Tauchen
- Sprung und zurück zum Beckenrand schwimmen

Level 3

- Wechselbeinschlag Bauch- und Rückenlage 10 m.
- Wechselbeinschlag mit Drehung 10m.
- Rückenschwimmen mit Armzug
- Sprung mit passivem Auftauchen

Level 4

- 10 m. Rückenkräul
- Kräul ohne Atmung
- Rolle vorwärts

Level 5

- 6 Zyklen Kräul mit Seitenatmung
- 15-20 m. Rückenkräul
- Kopfsprung aus einer hockenden Position

Level 6

- 25m Rückenkräul
- 15-20m. Kräul ganze Lage
- Kopfsprung mit Gleiten

Level 7

- 25m Kräul ganze Lage
- 15 m. Delphinbewegung
- 6 Zyklen Brustgleichschlag
- WSC Wassersicherheitstest