

Leistungen für das Seepferdchen

- Sprung vom Beckenrand und 25 m schwimmen (Wassertiefe muss die Körpergröße des Kindes überschreiten).
- Heraufholen eines Gegenstandes aus schulertiefem Wasser.



Beachten Sie bitte:

Auch Inhaber des Seepferdchenabzeichen sind keine sicheren Schwimmer!

Weiteres Lernen und Üben trägt zur Sicherheit Ihres Kindes im Wasser bei.

Melden Sie Ihr Kind gleich weiter beim TuS08 Senne I. zum Training in den Schwimmgruppen an.

Weitere Informationen erhalten Sie

- im Internet unter www.tus08-schwimmen.de
- per Mail info@tus08-schwimmen.de
- bei jedem Übungsleiter im Hallenbad

Schwimmen lernen leicht gemacht



**Anfängerschwimmkurse
des TuS 08 Senne I
für Kinder ab 5 Jahre
im Hallenbad Sennestadt**

Sport ist im Verein am schönsten



Schwimmen lernen leicht gemacht

Ob im Schwimmbad oder im See:

Wer schwimmen kann, hat mehr Spaß im Wasser und ist sicherer.

Aus diesem Grund bieten wir, die Schwimmabteilung des TuS 08 Senne I., Kindern ab dem fünften Lebensjahr Anfängerschwimmkurse für das Brustschwimmen an.

Mit mindestens 4 Übungsleitern bieten wir maximal 18 Kindern pro Kurs, die Möglichkeit Schwimmen zu erlernen.



Wo: Hallenbad Sennestadt

Donnerstag Kurs DO 1

von 18.00 – 18.45 Uhr

Donnerstag Kurs DO 2

von 18.45 – 19.30 Uhr

Freitag Kurs FR 1

von 18.00 – 18:45 Uhr

Kurslänge:

ca. ein halbes Jahr,

einmal pro Woche

Die genauen Kurstermine

erhalten Sie mit den

Kursunterlagen.



Kursaufbau

- Wassergewöhnung durch Spiel und Spaß
 - Laufen durch bauchtiefes Wasser
 - Fußsprung in bauchtiefes Wasser
 - Schweben in Bauch- und Rückenlage
 - Abstoßen und in Bauchlage gleiten
 - unter Wasser ausatmen
- (Diese ersten Übungen können Sie schon vor Kursbeginn mit Ihrem Kind üben.)

- Brustbeinschlag
- Brustarmzug
- Koordinieren von Brustbeinschlag und Armzug
- Prüfung für das Seepferdchenabzeichen

Anmeldungen an:

TuS 08 Senne I. Schwimmen & Wasserball

Mail: info@tus08-schwimmen.de