

Schwimmen Herbstkurse 2022



Wir treffen uns im Hallenbad Weggis, jeweils am Freitagnachmittag.
Die Kurse werden von Brigitte Bähler und Christina Schilliger geleitet.

Im Kurs lernen die Kinder zuerst alle Grundlagen für's Kraulschwimmen, erst später wird das koordinativ schwierigere Brustschwimmen mit ausatmen unter Wasser beigebracht.

Kurs 1 Wassergewöhnung: 14:25 - 14:55

Beinhaltet: Kurs für sehr ängstliche oder noch sehr kleine Kinder

Kurs 2 Krebs (Abz.1) oder Seepferd (Abz.2): 15:00 - 15:30

Beinhaltet: Taucherli, Sprudelbad, Flugzeug, Bauchpfeil, Sprung

Beinhaltet: Seerose, Luftpumpe, Fischauge, Bauchpfeil mit Beinmotor, Froschsprung ins Tiefe

Kurs 3 Krebs (Abz.1): 15:35 - 16:05

Beinhaltet: Taucherli, Sprudelbad, Flugzeug, Bauchpfeil, Sprung

Kurs 3a Frosch (Abz.3): 15:35 - 16:05

Beinhaltet: Motorboot, Rückenpfeil, Seehund auf dem Rücken und auf dem Bauch, Purzelbaum

Kurs 4 Seepferd (Abz.2): 16:10 - 16:50

Beinhaltet: Seerose, Luftpumpe, Fischauge, Bauchpfeil mit Beinmotor, Froschsprung ins Tiefe

Kurs 4a Pinguin (Abz.4) oder Tintenfisch (Abz.5): 16:10 - 16:50

Beinhaltet: Rückenkräul, Eisbärschwimmen, Tunneltauchen, Superman, Handstand

Beinhaltet: Köpfler, Haifisch, Slalom mit Brustarmzug, Baumstammrollen, Schraubenkräul

Kurs 5 Frosch (Abz.3): 16:55 - 17:35

Beinhaltet: Motorboot, Rückenpfeil, Seehund auf dem Rücken und auf dem Bauch, Purzelbaum

Kurs 5a Krokodil (Abz.6) oder Eisbär (Abz.7): 16:55 - 17:35

Beinhaltet: Kräul, Scheibenwischer, Kräul-Brust-Mix, Wasserstampfen, Entenfüsse

Beinhaltet: Tauchwende, Delfinwelle, Brust, Wasser-Sicherheits-Check WSC

Kurs 6 Pinguin (Abz.4): 17:40- 18:20

Beinhaltet: Rückenkräul, Eisbärschwimmen, Tunneltauchen, Superman, Handstand

Kurs 6a Schwimmer - Schwimmtest Wal oder Hecht: 17:40- 18:20

Beinhaltet: Kräul, Rückenkräul, Brust - Übungen nach den Schwimmtests

Kursinhalt ausgerichtet auf die Teilnehmer

Angaben zu den Abzeichen: <https://old.swimsports.ch/pdf/de/Grundlagentests.pdf>

oder: https://www.swimsports.ch/sites/default/files/2021-10/TU_Schwimmen_1-8_D.pdf



Die Kurse finden an folgenden Freitagen statt:

2.9. / 9.9. / 16.09. / 23.09. / 30.9. / 28.10. / 4.11. / 11.11. / 18.11. / 25.11.

Sie erhalten nach der Anmeldung eine Bestätigung mit der Einteilung in die Gruppe.

Die Kursgebühren der Kurse mit Lektionsdauer 30 Min. betragen Fr. 150.-

Die Kursgebühren der Kurse mit Lektionsdauer 40 Min. betragen Fr. 200.-

(inkl. Eintritt und Testabzeichen) bitte vor Kursbeginn bar bezahlen, oder auf folgendes Konto CH06 0077 8184 2310 1200 3 einzahlen. Herzlichen Dank.

Weil ein Teil des Hallenbades für uns reserviert ist, zahlen auch Kinder unter 6 Jahren Eintritt. Falls Ihr Kind ein Jahres Abo besitzt, reduziert sich die Kursgebühr um Fr. 20.—.

Bitte melden Sie Ihr Kind so rasch wie möglich an. Kursplätze sind beliebt, aber begrenzt.

Die Versicherung ist Sache des Teilnehmers, der Teilnehmerin.

Aus hygienischen Gründen dürfen Begleitpersonen nur mit Badekleidern das Hallenbad betreten. Ansonsten bitte außerhalb der Halle warten!

Aktuell sind keine besonderen Corona-Bestimmungen im Hallenbad Weggis einzuhalten. Ich bitte Sie jedoch trotz allem vorsichtig zu sein. Bleiben Sie gesund!

Bei Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung!

Herzlichen Dank für Ihr Vertrauen!

Christina Schilliger

Anmeldung an:

Christina Schilliger

Seemattli 10

6404 Greppen

Mobile: 079 337 77 97

E-Mail: christina.schilliger@gmail.com

www.christinaschilliger.ch