

# Schwimmen Frühling-Sommerkurs 2025



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 A Wassergewöhnung oder Krebs (Abz.1): 13:55 - 14:25

Beinhaltet: Kurs für sehr ängstliche oder noch sehr kleine Kinder

Beinhaltet: Taucherli, Sprudelbad, Flugzeug, Bauchpfeil, Sprung

## Kurs B Krebs (Abz.1): 14:30 - 15:00

Beinhaltet: Taucherli, Sprudelbad, Flugzeug, Bauchpfeil, Sprung

## Kurs B1 Seepferd (Abz.2): 14:30 - 15:00

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

## Kurs C Seepferd (Abz.2): 15:30 - 16:00

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

## Kurs C1 Frosch (Abz.3) 15:30 - 16:00

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

## Kurs D Frosch (Abz.3) 16:05 - 16:45

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

## Kurs D1 Pinguin (bz.4) & E1 Tintenfisch (Abz.5): 16:05 - 16:45

Beinhaltet: Rückenkrault, Eisbärschwimmen, Tunneltauchen, Superman, Handstand

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

## Kurs E Pinguin (Abz.4) oder Tintenfisch (Abz.5): 16:50 - 17:30

Beinhaltet: Rückenkrault, Eisbärschwimmen, Tunneltauchen, Superman, Handstand

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

## Kurs F1 Krokodil (Abz.6) oder Eisbär (Abz.7): 16:50 - 17:30

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

Beinhaltet: WSC, Brustschwimmen, Tauchwende, Delfinwelle

## Kurs G1 Eisbär (Abz. 7) oder Schwimmer - Schwimmtest Wal oder Hecht: 17:35 - 18:15

Beinhaltet: WSC, Brustschwimmen, Tauchwende, Delfinwelle

Beinhaltet: Krault, Rückenkrault, Brust - Übungen nach den Schwimmtests

Kursinhalt ausgerichtet auf die Teilnehmer

Angaben zu den Grundlagen Abzeichen:

<https://www.swimsports.ch/grundlagentest-1-7>

Angaben zu den Schwimmtests:

<https://www.swimsports.ch/schwimmtests-1-8>

Die Kurse finden an folgenden Freitagen statt:

10.1. / 17.1. / 24.1. / 31.1. / 7.2. / 14.2. / 14.3. / 21.3. / 28.3. / 4.4. / 11.4. / 16.5. / 23.5.

(Ersatzdatum 6.6.25 für einen Ausfall seitens der Schwimmschule)

Der Eintritt muss ab 6 Jahren an der Kasse bezahlt werden.

Die Kursgebühren der Kurse mit Lektionsdauer 30 Min. betragen Fr. 195.-

Die Kursgebühren der Kurse mit Lektionsdauer 40 Min. betragen Fr. 260.-

Bitte melden Sie Ihr Kind so rasch wie möglich an. Kursplätze sind beliebt, aber begrenzt. Anmeldungen in schriftlicher Form, via E-Mail und auch WhatsApp sind verbindlich und gelten als definitive Anmeldung.

Die AGB` s sind verbindlich.

Die Versicherung ist Sache des Teilnehmers, der Teilnehmerin.

Sie erhalten nach der Anmeldung eine Bestätigung per E-Mail.

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](mailto:christina.schilliger@gmail.com) Webseite: [www.christinaschilliger.ch](http://www.christinaschilliger.ch)