

splash it Hallenbad



Telefon 032 686 55 55 | Fax 032 686 55 56 | www.szzag.ch

Kinderschwimmkurse „März“ 2017 (Wochen 11-18)

Kurs	Tag	Start	Anzahl	Zeit	Leitung	Kosten
A1/ Krebsli	Mo	13.03.17	8x	17.30	Jacqueline Stettler	110.-
A2/ Krebsli	Di	14.03.17	8x	16.00	Jacqueline Stettler	110.-
A3/ Krebsli	Di	14.03.17	8x	17.30	Jacqueline Stettler	110.-
A4/ Krebsli	Mi	15.03.17	8x	16.00	Jacqueline Stettler	110.-
A5/ Krebsli	Do	16.03.17	8x	16.00	Jacqueline Stettler	110.-
A6/ Krebsli	Sa	18.03.17	8x	09.45	Jacqueline Stettler	110.-
B1/ Seepferd	Mo	13.03.17	8x	16.45	Jacqueline Stettler	110.-
B2/ Seepferd	Mo	13.03.17	8x	18.15	Jacqueline Stettler	110.-
B3/ Seepferd	Di	14.03.17	8x	18.15	Jacqueline Stettler	110.-
B4/ Seepferd	Mi	15.03.17	8x	17.30	Jacqueline Stettler	110.-
B5/ Seepferd	Sa	18.03.17	8x	11.15	Jacqueline Stettler	110.-
C1/ Frosch	Mo	13.03.17	8x	16.00	Jacqueline Stettler	110.-
C2/ Frosch	Mi	15.03.17	8x	18.15	Jacqueline Stettler	110.-
C3/ Frosch	Do	16.03.17	8x	16.45	Sybille Dornbierer	110.-
C4/ Frosch	Do	16.03.17	8x	18.15	Jacqueline Stettler	110.-
C5/ Frosch	Fr	17.03.17	8x	16.45	Anja van der Floe	110.-
C6/ Frosch	Fr	17.03.17	8x	17.30	Jacqueline Stettler	110.-
D1/ Pinguin im Tiefwasser	Mo	13.03.17	8x	16.00	Sybille Dornbierer	110.-
D2/ Pinguin im Tiefwasser	Di	14.03.17	8x	16.00	Barbara Lerch	110.-
D3/ Pinguin im Tiefwasser	Do	16.03.17	8x	16.00	Sybille Dornbierer	110.-
D4/ Pinguin	Do	16.03.17	8x	17.30	Jacqueline Stettler	110.-
D5/ Pinguin	Fr	17.03.17	8x	16.00	Jacqueline Stettler	110.-
D6/ Pinguin	Fr	17.03.17	8x	18.15	Jacqueline Stettler	110.-
E1/ Tintenfisch	Mo	13.03.17	8x	16.45	Sybille Dornbierer	110.-
E2/ Tintenfisch	Mi	15.03.17	8x	16.45	Jacqueline Stettler	110.-
E3/ Tintenfisch	Do	16.03.17	8x	16.45	Jacqueline Stettler	110.-
E4/ Tintenfisch	Fr	17.03.17	8x	16.45	Jacqueline Stettler	110.-
F1/ Krokodil	Mo	13.03.17	8x	17.30	Sybille Dornbierer	110.-
F2/ Krokodil	Do	16.03.17	8x	17.30	Simone Stettler	110.-
F3/ Krokodil	Fr	17.03.17	8x	16.00	Anja van der Floe	110.-
G1/ Eisbär	Di	14.03.17	8x	16.45	Jacqueline Stettler	110.-
G2/ Eisbär	Do	16.03.17	8x	18.15	Simone Stettler	110.-
H2/ H-Kurs	Sa	18.03.17	8x	10.30	Jacqueline Stettler	110.-
I1/ ELKI	Sa	18.03.17	8x	09.00	Jacqueline Stettler	120.-

Nächste Wochenkurse : Kurs „Mai“ 2017: W 20-25 / 33-34 / Anmeldung ab W14 Kurs „intensiv Sommer“ 2017: W28+29 / Anm. ab W23

ANMELDEDETAILON AUF DER RÜCKSEITE!

Anmeldung

Die Nachfrage nach Kursen ist grösser als das Angebot. Damit alle die gleichen Bedingungen vorfinden und wir alle gleich und korrekt behandeln können, akzeptieren wir nur schriftliche Anmeldungen per **Post** (Sportzentrum Zuchwil, Schwimmkurs, Amselweg 59, 4528 Zuchwil) per **E-Mail** (kurse@szzag.ch) oder durch **Abgeben des Anmeldeformulars** an unserer Reception (Datum und Uhrzeit müssen vermerkt werden). Besten Dank!

Kurs/Kursnr. (z.B. A1/Krebsli) **1. Prio.** _____ **2. Prio.** _____ Name, Vorname: _____

Adresse, PLZ, Ort: _____ E-Mail-Adr.: _____

Telefon: _____ Geb.-Datum: _____ hat Abzeichen: _____

Datum: _____ Uhrzeit: _____ Unterschrift: _____



Kinder - Schwimmkurse

EIKI		Seehund Voraussetzung: Ziel:	für Kinder zwischen 3-4 Jahre Keine Voraussetzungen. Freude und Vertrauen am Wasser wecken
A		Krebs Voraussetzung: Ziel:	für Kinder ab Kindergartenalter (4 Jahre +) Die Kinder können sich ohne Eltern in der Gruppe aufhalten Wassergewöhnung, Sprung vom Bassinrand fusswärts mit untertauchen, Ausatmen unter Wasser, Schweben in Bauchlage
B		Seepferd Voraussetzung: Ziel:	Schwimmtest Krebs erfüllt. Vertiefte Wassergewöhnung, Atemtechnik, aktives Gleiten in Bauch- und Rückenlage
C		Frosch Voraussetzung: Ziel:	Schwimmtest Seepferd erfüllt. Vertiefte Wassergewöhnung, Atemtechnik, gleiten in Bauch- und Rückenlage, einfacher Beinschlag, Rolle vorwärts vom Bassinrand, Fortbewegung bis 8m im Tiefwasser
D		Pinguin Voraussetzung: Ziel:	Schwimmtest Frosch erfüllt. Atemübungen mit seitlichem Einatmen (Crawl), Fortbewegung in Bauchlage mit Wechselbeinschlag und Armantrieb im Tiefwasser, Rückenschwimmen mit Wechselbeinschlag und Armantrieb 15-25m im Tiefwasser
E		Tintenfisch Voraussetzung: Ziel:	Schwimmtest Pinguin erfüllt. 15m Wechselbeinschlag mit je zwei Drehungen von Bauch in Rückenlage und umgekehrt in Tiefwasser, 25m Wechselbeinschlag und Wechselarmzug von Bauchlage in Rückenlage drehen mit Seitenatmung in Bauchlage, Köpfler, Einführung Brustarmzug
F		Krokodil Voraussetzung: Ziel:	Schwimmtest Tintenfisch erfüllt. 15m Crawl mit korrekter Seitenatmung, Brustschwimmtechniken mit Armen und Beine (Entenfüsse)
G		Eisbär Voraussetzung: Ziel:	Schwimmtest Krokodil erfüllt. Vertiefung der Schwimmtechniken Crawl und Brust, Wendungen erlernen, Kernbewegung Delfin
H		Voraussetzung: Ziel:	Schwimmtest Eisbär erfüllt, Freude am Schwimmen. Vertiefung und Verbesserung der Schwimmtechniken, Tauchen, Startsprünge, Tauchwendung

Anzahl Teilnehmer Kurse A-H: mindestens 6/ maximal 10 Kinder

Anzahl Teilnehmer Kurs ELKI: mindestens 5/ maximal 8 Erwachsene + 8 Kinder