

splash it Hallenbad



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

Herbstintensivschwimmkurse 2018 für Kinder (W41 und 42, täglich MO-FR)

Kurs	Tag	Start	Anzahl	Zeit	Leitung	Kosten
Int A/ Krebsli 	Mo-Fr	8.10.18	10x	09.45-10.15	Jacqueline Stettler	120.-
Int B/ Seepferd 	Mo-Fr	8.10.18	10x	10.20-10.50	Jacqueline Stettler	120.-
Int C/ Frosch 	Mo-Fr	8.10.18	10x	10.20-10.50	Jacqueline Stettler	120.-
Int D/ Pinguin 	Mo-Fr	8.10.18	10x	10.55-11.25	Jacqueline Stettler	120.-
Int E/ Tintenfisch 	Mo-Fr	8.10.18	10x	10.55-11.25	Jacqueline Stettler	120.-
Int F/ Krokodil 	Mo-Fr	8.10.18	10x	11.30-12.00	Jacqueline Stettler	120.-
Int G/ Eisbär 	Mo-Fr	8.10.18	10x	11.30-12.00	Jacqueline Stettler	120.-

Kurs Oktober: W43-50/ Anmeldung ab W37 möglich

Kurs Januar: W2-9/ Anmeldung ab W48



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. Int. A1/Krebsli), _____ Name, Vorname: _____

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

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

Datum: _____ Uhrzeit: _____ Unterschrift: _____

Testinhalte Kinderschwimmkurse

Die Intensivschwimmkurse finden im Hallenbad statt. Das Testabzeichen ist im Kursgeld inbegriffen. Kinder ab Schulalter bezahlen jeweils zusätzlich den Hallenbadeintritt. Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen (www.szzaq.ch).

A		Krebs Voraussetzung: für Kinder ab Kindergartenalter. Ziel: 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: Schwimmtest Krebs erfüllt. Ziel: Vertiefte Wassergewöhnung, Atemtechnik, aktives Gleiten in Bauch- und Rückenlage
C		Frosch Voraussetzung: Schwimmtest Seepferd erfüllt. Ziel: Vertiefte Wassergewöhnung, Atemtechnik, gleiten in Bauch- und Rückenlage, einfacher Beinschlag, Rolle vorwärts vom Bassinrand, Fortbewegung bis 8m im Tiefwasser
D		Pinguin Voraussetzung: Schwimmtest Frosch erfüllt. Ziel: 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: Schwimmtest Pinguin erfüllt. Ziel: 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: Schwimmtest Tintenfisch erfüllt. Ziel: 15m Crawl mit korrekter Seitenatmung, Brustschwimmtechniken mit Armen und Beine (Entenfüsse)
G		Eisbär Voraussetzung: Schwimmtest Krokodil erfüllt. Ziel: Vertiefung der Schwimmtechniken Crawl und Brust, Wendungen erlernen, Kernbewegung Delfin

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