

splash it Hallenbad



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


Kinderschwimmkurse „Januar“ 2019 (Wochen 2-9)

Kurs	Tag	Start	Anzahl	Zeit	Leitung	Kosten
A1/ Krebsli	Mo	07.01.19	8x	17.30	Jacqueline Stettler	110.-
A2/ Krebsli	Di	08.01.19	8x	16.45	Barbara Lerch	110.-
A3/ Krebsli	Di	08.01.19	8x	17.30	Jacqueline Stettler	110.-
NEU A4/ Krebsli ab 6J.	Mi	09.01.19	8x	17.30	Jacqueline Stettler	110.-
A5/ Krebsli	Do	10.01.19	8x	16.00	Jacqueline Stettler	110.-
A6/ Krebsli	Fr	11.01.19	8x	16.00	Anja van der Floe	110.-
A7/ Krebsli	Sa	12.01.19	8x	09.45	Jacqueline Stettler	110.-
B1/ Seepferd	Mo	07.01.19	8x	16.45	Jacqueline Stettler	110.-
B2/ Seepferd	Mo	07.01.19	8x	18.15	Jacqueline Stettler	110.-
B3/ Seepferd	Di	08.01.19	8x	16.00	Jacqueline Stettler	110.-
B4/ Seepferd	Fr	09.01.19	8x	17.30	Jacqueline Stettler	110.-
B5/ Seepferd	Fr	11.01.19	8x	18.15	Jacqueline Stettler	110.-
B6/ Seepferd	Sa	12.01.19	8x	11.15	Jacqueline Stettler	110.-
C1/ Frosch	Mo	07.01.19	8x	16.00	Jacqueline Stettler	110.-
C2/ Frosch	Di	08.01.19	8x	18.15	Jacqueline Stettler	110.-
C3/ Frosch	Mi	09.01.19	8x	18.15	Jacqueline Stettler	110.-
C4/ Frosch	Do	10.01.19	8x	16.45	Sybille Dornbierer	110.-
C5/ Frosch	Do	10.01.19	8x	18.15	Jacqueline Stettler	110.-
C6/ Frosch	Fr	11.01.19	8x	16.45	Anja van der Floe	110.-
D1/ Pinguin im Tiefwasser	Mo	07.01.19	8x	16.00	Sybille Dornbierer	110.-
D2/ Pinguin im Tiefwasser	Di	08.01.19	8x	16.00	Barbara Lerch	110.-
D3/ Pinguin	Mi	09.01.19	8x	16.00	Jacqueline Stettler	110.-
D4/ Pinguin	Do	10.01.19	8x	16.00	Sybille Dornbierer	110.-
D5/ Pinguin i.T.	Do	11.01.19	8x	17.30	Jacqueline Stettler	110.-
D6/ Pinguin	Fr	11.01.19	8x	16.00	Jacqueline Stettler	110.-
E1/ Tintenfisch	Mo	07.01.19	8x	16.45	Sybille Dornbierer	110.-
E2/ Tintenfisch	Mi	09.01.19	8x	16.45	Jacqueline Stettler	110.-
E3/ Tintenfisch	Do	10.01.19	8x	16.45	Jacqueline Stettler	110.-
E4/ Tintenfisch	Fr	11.01.19	8x	16.45	Jacqueline Stettler	110.-
F1/ Krokodil	Mo	07.01.19	8x	17.30	Sybille Dornbierer	110.-
F2/ Krokodil	Do	10.01.19	8x	17.30	Simone Stettler	110.-
F3/ Krokodil	Fr	11.01.19	8x	17.30	Anja van der Floe	110.-
G1/ Eisbär	Di	08.01.19	8x	16.45	Jacqueline Stettler	110.-
G2/ Eisbär	Do	10.01.19	8x	18.15	Simone Stettler	110.-
H/ H-Kurs	Sa	12.01.19	8x	10.30	Jacqueline Stettler	110.-
I1/ ELKI	Sa	12.01.19	8x	09.00	Jacqueline Stettler	120.-

Nächste Wochenkurse : Kurs „März“ 2018: W 11-18/ Anmeldung ab W 7

Kurs „Mai“ 2018: W 20-25 / 33-34 / Anmeldung ab W 16

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

Die Anmeldung erfolgt online via <https://shop.szzag.ch>