

KINDERSCHWIMMKURSE WINTER 2021/22

KW48-51 + KW2-9 wöchentlich, keine Kurse am 24.12. sowie 25.12.

Kurs	Tag	Start	Anzahl	Zeit	Leitung	Kosten
A1/ Krebsli	Mo	29.11.21	12x	17.30	Claudia Affolter	180.-
A2/ Krebsli	Di	30.11.21	12x	16.00	Barbara Lerch	180.-
A3/ Krebsli ab 6 J.	Mi	01.12.21	12x	17.30	Jacqueline Stettler	180.-
A4/ Krebsli	Do	02.12.21	12x	16.00	Jacqueline Stettler	180.-
A5/ Krebsli	Fr	03.12.21	11x	16.00	Lisa van der Floe	165.-
A6/ Krebsli	Fr	03.12.21	11x	17.30	Jacqueline Stettler	165.-
A7/ Krebsli	Sa	04.12.21	11x	09.00	Eveline Uebersax	165.-
B1/ Seepferd	Mo	29.11.21	12x	16.45	Claudia Affolter	180.-
B2/ Seepferd	Di	30.11.21	12x	18.15	Joalyne Schlup	180.-
B3/ Seepferd	Do	02.12.21	12x	16.45	Jacqueline Stettler	180.-
B4/ Seepferd	Fr	03.12.21	11x	18.15	Jacqueline Stettler	165.-
B5/ Seepferd	Sa	04.12.21	11x	09.45	Eveline Uebersax	165.-
C1/ Frosch	Mo	29.11.21	12x	16.00	Sybille Dornbierer	180.-
C2/ Frosch	Di	30.11.21	12x	16.45	Jacqueline Stettler	180.-
C3/ Frosch	Mi	01.12.21	12x	18.15	Jacqueline Stettler	180.-
C4/ Frosch	Do	02.12.21	12x	18.15	Jacqueline Stettler	180.-
C5/ Frosch	Fr	03.12.21	11x	16.45	Lisa van der Floe	165.-
C6/ Frosch	Sa	04.12.21	11x	10.30	Eveline Uebersax	165.-
D1/ Pinguin	Mo	29.11.21	12x	16.00	Claudia Affolter	180.-
D2/ Pinguin	Di	30.11.21	12x	16.00	Jacqueline Stettler	180.-
D3/ Pinguin	Mi	01.12.21	12x	16.00	Jacqueline Stettler	180.-
D4/ Pinguin	Do	02.12.21	12x	17.30	Jacqueline Stettler	180.-
D5/ Pinguin	Fr	03.12.21	11x	16.00	Jacqueline Stettler	165.-
E1/ Tintenfisch	Mo	29.11.21	12x	16.45	Sybille Dornbierer	180.-
E2/ Tintenfisch	Di	30.11.21	12x	17.30	Joalyne Schlup	180.-
E3/ Tintenfisch	Mi	01.12.21	12x	16.45	Jacqueline Stettler	180.-



JIIHAAAA!!!

E4/ Tintenfisch	Fr	03.12.21	11x	16.45	Jacqueline Stettler	165.-
F1/ Krokodil	Mo	29.11.21	12x	17.30	Sybille Dornbierer	180.-
F2/ Krokodil/ Eisbär	Di	30.11.21	12x	16.45	Barbara Lerch/ Joalyne Schlup	180.-
F3/ Krokodil	Do	02.12.21	12x	17.30	Simone Stettler	180.-
F4/ Krokodil	Fr	03.12.21	11x	17.30	Lisa van der Floe	165.-
G1/ Eisbär / H-Kurs	Di	30.11.21	12x	18.15	Jacqueline Stettler	180.-
G2/ Eisbär	Do	02.12.21	12x	18.15	Simone Stettler	180.-
I/ELKI	Di	30.11.21	12x	17.30	Jacqueline Stettler	192.-



Kurs Frühling: KW11-24 (ohne 15 und 16)/ Anmeldung ab KW7 Die Anmeldung erfolgt online via <https://shop.szzag.ch>
Bei Fragen schicken Sie bitte eine E-Mail an kurse@szzag.ch oder rufen unter 032 686 55 66 an.

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.szzag.ch).



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



Voraussetzung: Schwimmtest Krebs erfüllt.
Ziel: Vertiefte Wassergewöhnung, Atemtechnik, aktives Gleiten in Bauch- und Rückenlage



Voraussetzung: Schwimmtest Seepferd erfüllt.
Ziel: Vertiefte Wassergewöhnung, Atemtechnik, gleiten in Bauch- und Rückenlage, einfacher Beinschlag, Rolle vorwärts vom Bassinrand, Fortbewegung bis 8m im Tiefwasser



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



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



Voraussetzung: Schwimmtest Tintenfisch erfüllt.
Ziel: 15m Crawl mit korrekter Seitenatmung, Brustschwimmtechniken mit Armen und Beine



Voraussetzung: Schwimmtest Krokodil erfüllt.
Ziel: Vertiefung der Schwimmtechniken Crawl und Brust, Wendungen erlernen, Kernbewegung Delfin



JIIHAAAA!!!