

## SCHWIMMTECHNIK VIDEOANALYSE IM SPORTZENTRUM ZUCHWIL



Eine Videoanalyse deiner Schwimmtechnik ermöglicht ein besseres Verständnis für Stärken und Schwächen im Wasser, kann deine Bewegungsmuster optimieren und dir helfen, mit weniger Anstrengung effizienter zu schwimmen.

Wir erstellen Über- und Unterwasservideos inklusiv einer Technik Videoanalyse und stellen dir diese im Anschluss zur Verfügung. Haben wir dein Interesse geweckt? Dann melde dich unter [kurse@szzag.ch](mailto:kurse@szzag.ch) oder unter 032 627 66 55.

### **Videoanalyse «Basic» Fr. 180.- / 90 min. (exkl. Eintritt)**

1. Vorschwimmen, Videoaufnahme aus sechs verschiedenen Perspektiven
2. Analyse der Aufzeichnungen, Auswertungstabelle plus Verbesserungsvorschläge mit Schwimmlehrerin vor Ort

### **Videoanalyse «Advanced» Fr. 225.- / 120 min. (exkl. Eintritt)**

1. Vorschwimmen, Videoaufnahme aus sechs verschiedenen Perspektiven
2. Analyse der Aufzeichnungen, Auswertungstabelle plus Verbesserungsvorschläge mit Schwimmlehrerin vor Ort
3. Privatlektion à 30 min. (Wert Fr. 50.-) / Termin im Anschluss oder nach Absprache (exkl. Eintritt)