

# KRAUL- UND RÜCKENSCHWIMMKURS FÜR JUGENDLICHE & ERWACHSENE AB JÄNNER 2024



## TERMINE

Dienstag, 09. Jänner 2024  
Dienstag, 16. Jänner 2024  
Dienstag, 23. Jänner 2024  
Dienstag, 30. Jänner 2024  
Dienstag, 06. Feber 2024  
*Semesterferien (kein Kurs)*  
Dienstag, 20. Feber 2024  
Dienstag, 27. Feber 2024  
Dienstag, 05. März 2024  
Dienstag, 12. März 2024  
*Osterferien (kein Kurs)*  
Dienstag, 02. April 2024

## UHRZEIT

von 19:00 bis 20:00 Uhr

## KOSTEN

EUR 145,- (exkl. Eintritte)

## ORT



## MODUS

10 Einheiten je 60 Minuten  
1 x wöchentlich in der Gruppe  
methodischer Aufbau

## INHALT

technisch richtiges Schwimmen ...  
Kraul in Grob- & Feinform  
Grundzüge im Brust- & Rückenschwimmen

## VORAUSSETZUNGEN

- ✓ sicheres Schwimmen (keine Schwimm-Anfänger)
- ✓ gewisse Grundausdauer im Schwimmen (50 m)
- ✓ Bezug zum Wasser (Untertauchen)

## INFORMATION & ANMELDUNG

☎ +43 650 8220211  
✉ office@weiss-athletics.at  
🌐 www.weiss-athletics.at

## VERANSTALTER

