



SCHWIMMKURSE - SCHWIMMTRAININGS

Hallenbad Braunau

ERWACHSENE - Kraulanfängerkurs

Inhalt: Erlernen der Schwimmtechnik Kraul
Voraussetzung: 200m Brustschwimmen
Dauer: je 1h 15min, 8 Termine, 10:30-11:45 Uhr
Kosten: € 85, exkl. Badeintritt
Maximalteilnehmer: 8 Personen

ERWACHSENE - Schwimmtraining Fortgeschritten (2 Gruppen)

Inhalt: Verbesserung der Kraultechnik, "Schneller Schwimmen"
Voraussetzung: 100m Kraul in 2:00min oder darunter
Dauer: je 1h 30min, 8 Termine, 9:15-10:45 Uhr
Kosten: € 95, exkl. Badeintritt
Maximalteilnehmer: 8 Personen/Gruppe
Es gibt 2 Leistungsgruppen, die auf jeweils 1 Bahn schwimmen!

KINDER - Anfängerschwimmkurs

Inhalt: "Sich Überwasser-Halten", Rückenlage mit Kraulbeinen, Sprünge ins Wasser, Schweben, Tauchen, Gleiten, Brustarmbewegung
Dauer: je 1h, 8 Termine, 12:00-13:00 Uhr
Alter: ab 5 Jahre
Kosten: € 70, exkl. Badeintritt
Maximalteilnehmer: 5 Kinder

KINDER - Fortgeschrittenenschwimmtraining

Inhalt: Schwimmtraining von allen Lagen, insbesondere Kraul
Voraussetzung: 25m im tiefen Becken, beliebige Lage
Mindestalter: 7 Jahre bzw. nach Können
Dauer: je 1h, 8 Termine, 11:00-12:00 Uhr
Kosten: € 70, exkl. Badeintritt, Maximalteilnehmer: 8 Kinder



ANMELDUNG UND TERMINE

Termine:

Samstag, 01.10.2016
Samstag, 08.10.2016
Samstag, 15.10.2016
Samstag, 22.10.2016
Samstag, 05.11.2016
Samstag, 12.11.2016
Samstag, 19.11.2016
Samstag, 26.11.2016



Ing. Mag. Bernd Kriechhammer
Mag. Eveline Kriechhammer
Gewerbestraße 2a, Top1, 5162 Obertrum am See

+43 (0)650/8841759
office@trumer-leistungsdiagnostik.at

Schriftliche Anmeldung unter: office@trumer-leistungsdiagnostik.at
Die Kursgebühr ist bis sp. 28.9.2016 auf folgendes Konto einzuzahlen:
Raika Obertrum, Kontoinhaber: Trumer Leistungsdiagnostik
IBAN: AT 11 3504 7000 0015 2363, BIC: RVSAAT2S047
Verwendungszweck: Nachname+SK_2016/17

Die Anmeldung ist erst nach erfolgter Einzahlung gültig!
Stornierung bis 2 Wochen vor Kursbeginn möglich abzgl. Bearbeitungsgebühr von € 5!