



SCHWIMM- STUNDEN

mit Lisa Zaiser

Für Klein und Groß



Kinder:

(ab 6 Jahren oder wenn sie schon ca. 15m alleine schwimmen können):

Mehr Sicherheit im Wasser -
Technik lernen und verbessern.

Erwachsene:

Kraulschwimmen - Technik
verbessern - Aufnahmeprüfungen -
Triathlon - gemeinsam ans individuelle
Ziel!

* Mindestteilnehmerzahl: 4 Personen
Maximal: 8 Personen

Termine:

Kids 1:

Dienstags 16:00 (50Min)

Kids 2:

Donnerstags 15:30 (50Min)

Erwachsene:

Dienstags 17:10 (50Min)

**Start:
04.11.2025**

**Mehr Infos unter:
www.imua.at**





SCHWIMM- STUNDEN

mit Lisa Zaiser



Kurse Kinder:

Kids 1:

Für wenig erfahrene Kinder, welche ca. 15m **alleine** Schwimmen können.

Ziel: Mehr Sicherheit und Freude im Wasser. Erste Vorübungen für eine gute Technik (Brust). Springen und tauchen.

Kids 2:

Für fortgeschrittene Kinder, welche schon ca. 20m **Brust** schwimmen können. **Ziel:** Festigung und Verbesserung der Technik, andere Schwimmstile (Kraul/Rücken) erlernen, springen und tauchen.



* Mindestteilnehmerzahl: 4 Personen
Maximal: 8 Personen



Kurse Erwachsene:

Kraul 1:

Kraultechnik verbessern und festigen. **Ziel:** Ergonomisch schwimmen, guter Atemrhythmus, Wasserlage optimieren.

Termine:

Kids 1:

Dienstags 16:00 (50Min)

Kids 2:

Donnerstags 15:30 (50Min)

Erwachsene:

Dienstags 17:10 (50Min)

8 Termine pro Kurs



SCAN ME

Mehr Infos unter:

www.imua.at