

Erwachsenenschwimmen

Erwachsene jeden Alters können bei uns die Kunst des Schwimmens erlernen.

Der Kurs wird individuell in Kleingruppen (maximal 4- 6 Personen) betreut, damit der Schwimmlehrer die nötige Zeit hat, auf jeden einzelne/n Teilnehmer/In intensiv einzugehen.

Wichtig!

Der Aufenthalt im Wasser beträgt 45 Minuten.
Schwimmhilfen etc. müssen nicht mitgebracht werden.

Die Kurse entstehen auf Nachfrage und werden dann zeitlich festgelegt, wenn eine ausreichende Teilnehmerzahl für den Kurs besteht

Inhalt des Kurses

Der Einsatz von Schwimmhilfen unterstützt die einzelnen Lernschritte und Bewegungsabläufe werden automatisiert um ein pädagogisch sinnvolles Ergebnis zu erreichen.

Ziel des Kurses ist, die elementaren Bewegungsabläufe sportpädagogisch so zu vermitteln, dass der/die Übende in relativ kurzer Zeit in der Lage ist, das Brustschwimmen selbständig im öffentlichen Hallen-/Schwimmbad zu trainieren.