

SCHWIMMKURS GLÜCK AUF SCHWIMMHALLE ZWICKAU



April/Mai 2018

Schwimmkurs Kraultechnik erlernen

- Kraulkurs inkl. Technikvideoanalyse
- 4 Trainingstage inkl. Hausaufgabe
- Erlernen und Vertiefen der Schwimmtechnik Kraul
- Theorie (Atmung, Wasserlage, Körperspannung, Bewegungsablauf, ...)
- Praxis Kraultechnikübungen im Wasser
- Training in kleinen Gruppen (mind. 7, max. 10 Teilnehmer)
- Training auf abgesperrten Bahnen
- Seminarraum direkt im Bad, inkl. Eintritt in's Bad

Termin & Ort

- 07.04./05.05./12.05./19.05.2018 - 09.00 – 12.00Uhr
- „Glück Auf Schwimmhalle“ Zwickau, Tonstraße 5, 08056 Zwickau

Trainer

- Reiner Mehlhorn B-Trainer Triathlon

Kosten

- 150,-€ bzw. 170,-€ (für Nichtmitglieder des STV)

Anmeldung

Die Teilnahmegebühr ist auf das Konto des STV unter Angabe des Verwendungszwecks „Workshop Schwimmseminar-Kraultechnik erlernen; Name, Vorname“ zu entrichten.

Sächsischer Triathlon Verband e.V. Volksbank Muldental

IBAN: DE 638 609 548 451 000 038 07

BIC: GENODEF1GMV

Eine Anmeldung ist bis zum 24.03.2018 zu richten an:

geschaeftsstelle@triathlon-sachsen.de

www.triathlon-sachsen.de