

SCHWIMMKURS GLÜCK AUF SCHWIMMHALLE ZWICKAU



25.09.21 und 23.10.21

Schwimmkurs Kraultechnik erlernen

- Kraulkurs inkl. Technikvideoanalyse
- 2 Trainingstage inkl. Hausaufgabe
- Erlernen und Vertiefen der Schwimmtechnik Kraul
- Theorie (Atmung, Wasserlage, Körperspannung, Bewegungsablauf, ...)
- Praxis Kraultechnikübungen im Wasser
- Training in kleinen Gruppen (mind. 6, max. 10 Teilnehmer)
- Training auf abgesperrten Bahnen
- Seminarraum direkt im Bad, inkl. Badeintritt

Termin & Ort

- 25.09.2021 und 23.10.2021 - 09.00 – 13.00Uhr
- „Glück Auf Schwimmhalle“ Zwickau, Tonstraße 5, 08056 Zwickau

Trainer

- Reiner Mehlhorn Triathlontrainer B-Lizenz

Kosten

- 95,-€ bzw. 115,-€ (für Nichtmitglieder des STV)

Anmeldung

Die Teilnahmegebühr ist auf das Konto des STV unter Angabe des Verwendungszwecks „Workshop Schwimmseminar-Zwickau 2021“ erlernen; Name, Vorname“ zu entrichten.

Sächsischer Triathlon Verband e.V. Skatbank

IBAN: DE 11 8306 5408 0004 2295 33

BIC: GENODEF1SLR

Eine Anmeldung ist bis zum 18.09.2021 zu richten an:

geschaeftsstelle@triathlon-sachsen.de

www.triathlon-sachsen.de