

KRAULSCHWIMMKURSE UND FREIES TRAINING BEIM TV WETZLAR

KRAULKURS FÜR ERWACHSENE (ANFÄNGER)

Anfängern wird hier die Möglichkeit gegeben, unter fachlicher Anleitung den Kraulschwimmstil zu erlernen. Das Brustschwimmen mit Ausatmung unter Wasser sollte beherrscht werden (geeignet ab 15 Jahren). Der Kurs beinhaltet **12 Termine** (je Woche eine Einheit von 60 Minuten). Die Kosten für diesen Kurs belaufen sich auf **95 € pro Teilnehmer** (zzgl. Eintritt, Vereinsmitglieder sind von den Eintrittskosten befreit). Kraulkurs Anfänger vom **15.01.2019 bis 09.04.2019** (außer 05.03. (Fastnachtsdienstag)) jeweils dienstags von **19.00 – 20.00h** im Europabad Wetzlar.

KRAULKURS FÜR ERWACHSENE (FORTGESCHRITTENE)

Fortgeschrittenen Kraulern wird hier die Möglichkeit gegeben, unter fachlicher Anleitung die Kraultechnik zu vertiefen und die Ausdauer zu steigern. Sie sollten Grundkenntnisse des Kraulschwimmens besitzen (geeignet ab 15 Jahren). Der Kurs beinhaltet **12 Termine** (je Woche eine Einheit von 60 Minuten). Die Kosten für diesen Kurs belaufen sich auf **95 € pro Teilnehmer** (zzgl. Eintritt, Vereinsmitglieder sind von den Eintrittskosten befreit). Kraulkurs Fortgeschrittene vom **15.01.2019 bis 09.04.2019** (außer 05.03. (Fastnachtsdienstag)) jeweils dienstags von **20.00 – 21.00h** im Europabad Wetzlar.

FREIES TRAINING FÜR ERWACHSENE

Unter fachkundiger Anleitung wird in einer kleinen Gruppe (max. 13 Personen) an 13 Terminen die Möglichkeit gegeben, in verschiedenen Schwimmstilen (Rücken, Brust, Kraul), sowohl an Technik, als auch an Kondition zu arbeiten. Die Kosten belaufen sich auf **95 € für 13 Termine** (zzgl. Eintritt, Vereinsmitglieder sind vom Eintritt befreit). Ein Training dauert **60 Minuten**. Der Kurs eignet sich für alle Schwimmer, die die Grundlagen der genannten Schwimmstilen und das Brustschwimmen mit Ausatmung unter Wasser beherrschen. Trainingsintensität und – umfang orientieren sich am individuellen Niveau, Können und Wünschen der Teilnehmer. Die Teilnehmer sind herzlich eingeladen, ihre eigenen Trainingsmaterialien (Flossen, Bretter, etc.) mitzubringen. Ein nachträgliches Einsteigen ist für eine Gebühr von 8 Euro pro Training möglich. Sollten mindestens 14 Anmeldungen vorliegen, wird eine weitere Gruppe eröffnet, die direkt im Anschluss an die erste trainiert. Freies Training vom **17.01.2019 bis 11.04.2019** jeweils **donnerstags** von **19.00 – 20.00h** im Europabad Wetzlar.

INTERESSE GEWECKT?

Anmeldung telefonisch oder per Mail bei **Konstantin Veit**:

Mobil:0176-62227070

Mail: konstantin.veit@lse.thm.de

Die Mindestteilnehmerzahl für alle Kurse sind **Sieben (7)** Teilnehmer.