



NEUSSER SCHWIMMVEREIN 1900 e.V.

Mitglied im Schwimmverband NRW und in der deutschen Lebensrettungsgesellschaft

bietet BABY UND MUTTER/VATER- KIND SCHWIMMKURSE an:

WO: Lehrschwimmbecken der St. Konrad Schule Neuss-Gnadental, Löhnerstr. 7

Kursleitung: Viola Uebbing

- Wann:** jew. samstags von
- 12:40 – 13:20 Uhr ab 3 Kaulquappe (mit Eltern)
 - 13:20 – 14:00 Uhr ab 4 Frosch (mit Eltern)
 - 14:00 – 14:45 Uhr ab 4,5 Seepferdchen (ohne Eltern)

Donnerstags findet von 16.45 bis 17.30 ebenfalls ein Seepferdchenkurs ohne Eltern mit Tamara Schmitz in der St. Konrad Schule statt.

Inhalte **Kaulquappe:** rhythmisches Ausatmen, Hechtschießen in Bauchlage mit Kopf im Wasser, mit u. ohne Beinschläge, Tauchen nach Gegenständen

Inhalte **Frosch:** Paketsprung, Rolle vorwärts mit Ausatmung durch die Nase, 10 m Rückenbeine mit und ohne Brett, Torpedoschießen von der Wand, Tauchen durch einen großen Reifen

Inhalte **Seepferdchen:** Springen und 25 m Schwimmen, Tauchen nach Gegenständen im schulertiefen Wasser (ohne Eltern)

Nur nach schriftlicher Anmeldung bei: Judith Sleziõna E-Mail: Judith.Sleziõna@gmx.de, Tel.: 0162-7315493

Stattfindende Termine (11 mal): 12./19./26. Januar/ 02./09./16./23. Februar
09./16./23./30. März

Gisela Hug
Konto Nr. 1706580185 BLZ 30020900 Targobank IBAN: DE68300209001706580185

Kurs: Dauer: 11 Std.

Kosten: 77 Euro

-----<-----
A n m e l d u n g Januar bis März 2019

Hiermit möchte ich mich verbindlich für den Kurs um ----- Uhr anmelden.

Die Kursgebühr über 77 Euro liegt per Scheck/in bar bei oder werden das o. g. Konto überwiesen.

Name: _____ Vorname des Elternteils: _____

Vorname des Kindes: _____ Geb. Datum: _____

Straße: _____ Wohnort: _____

Tel.: _____ email: _____