

Erwachsenen-Schwimmkurse des Wellfit 11

Kursangebote	Anfänger, Fortgeschrittene, Crawl-Einsteiger, Crawl-Fortgeschrittene, Training
Anfänger	Wassergewöhnung, Wassersicherheit und Wassergefühl erlangen, schweben, gleiten, atmen, Einführung ins Brustschwimmen
Fortgeschrittene 1, 2, 3	Brustschwimmen vertiefen und verbessern, üben, individuelle Korrekturen, Einführung ins Rückenschwimmen
Crawl-Einsteiger	Einführung ins Crawlschwimmen, Wassergefühl erlangen schweben, gleiten, atmen
Crawl-Fortgeschrittene 1, 2, 3	Crawlschwimmen vertiefen und verbessern, üben, individuelle Korrekturen, trainieren, Crawl-Startsprung und Crawl-Wenden
Training	Crawlschwimmen verbessern, Crawltechnik üben, trainieren, individuelle Korrekturen, verbessern der verschiedenen Schwimmstile wie Brust, Rückencrawl und Delfin
Kurstage	Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag ab 18:30 Uhr bis 21:00 Uhr