

UNSERE KURSANGEBOTE AUF EINEN BLICK

KLEINKIND-KURSE

Kleine Kinder gross im Wasser: Spass im Nass für Kinder ab 3 Jahren. Einstieg in die Welt des Wassers und Schwimmens mit Rollenspielen, Liedern, Spielen und Spielsachen. Eine Kursstufe.

STUFE KLEINKIND

ADVANCED-KURSE

Bauen auf den BASIC-Kursen auf. Finden grösstenteils im tiefen Wasser statt. Wir lernen Beine, Arme und Körper einzusetzen, auf unsere Atmung zu achten und machen Übungen für eine gute Wasserlage. Anschliessend lernen wir Rückenkräulen, Kräulen und Brustschwimmen kennen. Unterteilt in 5 Kursstufen.

STUFE 3 | STUFE 4 | STUFE 5 | STUFE 6 | STUFE 7

INTENSIV-KURSE

Unsere INTENSIV-Kurse finden während den Schulferien an fünf aufeinanderfolgenden Tagen statt. Wir sind täglich zwischen 30 und 60 Minuten im Wasser. Wir üben schwerpunktmässig an den Grundlagen und Schwimmfertigkeiten. Intensivkurse eignen sich als Einstieg, zur Vertiefung von bereits Gelerntem oder um neue Schwimmsportarten zu entdecken.



INTENSIV «ROBBE»

Einsteiger-Kurs



INTENSIV «SEESTERN»

Schweben & Gleiten



INTENSIV «OTTER»

Schwimmen im Tiefwasser



INTENSIV «FLIPPER»

Rückenkräul & Bodyroll



INTENSIV «MANTA»

Brustschwimmen & Delfinwelle



INTENSIV «KRAUL»

Die schnellste Schwimmart



INTENSIV «ALLROUND»

Schwimmsportarten ausprobieren

FÖRDER-KURSE

Für Kinder zwischen 9 und 14 Jahren, die noch nicht schwimmen können, Wasserangst haben oder beim Schwimmen noch starke Defizite aufweisen. Förderkurse finden auf Anfrage oder während den Intensiv-Kursen statt.

STUFE FÖRDERKURS

BASIC-KURSE

Das Wasser mit allen Sinnen spielerisch erfahren und entdecken. Wir spritzen und lachen, springen vom Rand und tauchen. Nach STUFE 2 können wir einige Meter schwimmen. Ab 4 Jahren; mind. 90 cm Körpergrösse; unterteilt in 3 Kursstufen.

STUFE BEGINNERS | STUFE 1 | STUFE 2

KINDER-TRAININGS

Für alle, die Schwimmen gerne im sportlichen Sinne ausüben. Anwendung und Verfeinerung der drei Schwimmarten Kräul, Rücken und Brust. Erlernen der vierten Schwimmart Delfin. Ideale Ergänzung zu den ADVANCED-Kursen. Auch als Vorbereitung für den Eintritt in einen Schwimmclub gedacht. Kurse auf Anfrage.

KURS KINDERTRAINING



SCHWEBEN. GLEITEN. SCHWIMMEN.

Seit über 20 Jahren begleiten wir kleine und grosse Wasserratten – und solche, die es werden wollen – auf ihrem Weg zum Schwimmenlernen.