

Die TG Lage bietet an: Einstiegskurs "Kraulschwimmen für Erwachsene"



Kraulen von Anfang an richtig lernen? In diesem Kurs lernt ihr Schritt für Schritt die einzelnen Bewegungsabläufe und werdet an das Kraulschwimmen herangeführt. Das Schwimmen mit der richtigen Technik reduziert den Wasserwiderstand, schont die Kräfte und macht viel mehr Spaß!

Voraussetzung für die Kursteilnahme ist die Schwimmfähigkeit in Brust- oder Rückenlage.

ORT: Städtisches Hallenbad Lage, Breite Straße 1, 32791 Lage

BEGINN: Freitag, 11. Oktober 2024

WANN: Freitags, 19:45-20:30 Uhr; Termine: 11.10., 18.10., 25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11.

DAUER: 7 Kurseinheiten à 45 Minuten

ANZAHL: Maximal 8, mindestens 4 Personen

ANMELDUNG: Per E-Mail an schwimmen@tglage.de oder kerstin.nottebrock@web.de;

Infos unter 0176 96575544

KOSTEN: 50,- EUR für Mitglieder TG Lage; 60,- EUR für Nichtmitglieder
zzgl. Eintrittskosten für das Hallenbad Lage (NICHT in der Kursgebühr enthalten)

LEITUNG: Kerstin Nottebrock, TG Lage