



Sind Sie wie ein Fisch im Wasser und schwimmen sehr gerne? Dann kommen Sie in diesen Kurs! Schwimmen baut die Muskeln effektiv auf und ist schonend für die Gelenke. Seinen Schwimmstil zu verbessern und Neues zu lernen macht Spass. Im Kurs für Fortgeschrittene bauen wir die individuellen Fähigkeiten auf und lernen dabei verschiedene Schwimmtechniken.

Freitag

19.30 - 20.15 Uhr (Türöffnung 19.15 Uhr)

September

02. / 09.

Oktober

07. / 14. / 21. / 28.

November

04. / 11. / 18. / 25.

Wo

Hallenbad VEBO, Oensingen

Leitung

Caroline Jäggi / Nadine Spring / Rolf Stampfli

Kurskosten

CHF 75.--

Mitbringen

Badeanzug, im Trainer kommen, um das An- und Ausziehen zu erleichtern

Hinweise

Dieser Kurs ist für Teilnehmer, die bereits schwimmen können (ohne Schwimmhilfe) und ihre Schwimmtechnik verbessern möchten.

Transport

Möglich ab Sonnmatt Langenbruck oder ab Balsthal und zurück

Anmeldung

Bis 12. August 2022

Nutzen Sie für die Anmeldung das Anmeldeformular aus dem Kursbüchli oder drucken Sie dieses auf www.freizeit-bildungsclub.ch aus und senden es an:

Sibylle Dübi, Siedlungsstr. 18, 4702 Oensingen.

Sie können sich auch online anmelden.

Bei Fragen melden Sie sich unter 079 927 78 64 oder bildungsclub@gmx.ch.