

# KURS-NR. 4

## SCHWIMMEN FÜR FORTGESCHRITTENE



---

Beschreibung	Schwimmen baut Muskeln effektiv auf und ist schonend für die Gelenke. Den Schwimmstil zu verbessern und Neues zu lernen macht Spass. Im Kurs bauen wir die individuellen Fähigkeiten aus und lernen verschiedene Schwimmtechniken.
Tag	Freitag
Uhrzeit	19.30 - 20.15 Uhr (Türöffnung 19.15 Uhr)
Daten	13.09. / 20.09. / 27.09. / 04.10. / 11.10. / 18.10. / 25.10. / 08.11. / 15.11. / 22.11. / 29.11.
Ort	Hallenbad VEBO, Oensingen
Leitung	Rolf Stampfli / Caroline Jäggi / Nadine Spring
Kurskosten	CHF 82.50
Mitbringen	Badesachen
Hinweise	Dieser Kurs ist für Teilnehmer, die bereits schwimmen können (ohne Schwimmhilfe) und ihre Schwimmtechnik verbessern möchten
Transport	Angebot wird je nach Anmeldungen abgeklärt
Anmeldung	Bis am 23.08.2024