



## ABENTEUERSCHWIMMEN

**Wer:** Kinder (ab schulpflichtigem Alter) und Jugendliche, die sich gerne im Wasser bewegen.

**Voraussetzung:** gute Schwimmkenntnisse.

**Was:** In diesem Schwimm- und Wassersportprogramm beschäftigen wir uns mit verschiedensten Formen des Wasserspringens, üben uns in den drei klassischen Sportschwimmlagen (Brust, Kraul und Rücken) und lernen beim Tauchen die faszinierende Schwerelosigkeit des Wassers kennen.

Ein eigener Aspekt des Trainings ist der kindgerechten Variante des Rettungsschwimmens (z.B. Selbsthilfe, Kleiderschwimmen, usw.) sowie der Faszination der Unterwasserspiele gewidmet.

Im Zuge des Trainings wird den Teilnehmern auch die Möglichkeit gegeben, verschiedene Schwimmabzeichen wie Frei-, Fahrten, Allroundschwimmer usw. zu erwerben.

**Wann:** Jeden Mittwoch von 16.30 – 17.30 Uhr (Treffpunkt Kassenhalle Bad zur Sonne bei Frau Mag. Hopfer oder Herrn Kittler).

Bitte um telefonische Kursanmeldung bei ...



**SPORT + ABENTEUERTEAM**  
GRAZ

Sportkurse und Trainingsbetreuung  
Survival und Outdoortraining

Mag. Veronika Hopfer + Michael Kittler  
Theodor Körner-Str. 82, 8010 Graz, Tel: 0316/67 17 55  
[www.sport-abenteuer-kittler.at](http://www.sport-abenteuer-kittler.at)