



Schwimmtraining für Kinder ab 8 Jahren **Sport 1, Technik verbessern oder** **Sport 2, Weiterentwicklung 4-Lagen**



Schwimmen ist gesund und richtig gelernt macht Schwimmen Spass!

Wir bieten zwei verschiedene Schwimmtrainings für Kinder ab 8 Jahren an. Richtig gelernt macht Schwimmen Spass und kann als Freizeiterlebnis oder intensiven Ausdauersport ausgeübt werden. Wir sorgen für ein sicheres und effizientes Schwimmen!

Schwimmtraining Sport 1, Technik verbessern **Mittwoch, 2. April bis 25. Juni 2025, 14.20 Uhr** **Voraussetzungen:** Schwimmen im tiefen Wasser

Dieser Kurs richtet sich an alle Wasserratten, welche sich im Schwimmen verbessern wollen oder in der Schule den Wassersicherheitscheck (WSC) nicht bestanden haben. Der Fokus liegt auf dem zielgerichteten Schwimmen über eine längere Distanz. Vertiefen und verbessern der Technik und Steigerung der Kondition. Wir sorgen für ein sicheres und effizientes Schwimmen!



Children under 10 must be accompanied until the side of the pool (obligatory supervision)!

The accompanying person (who is at least 16 years old) must also pay the regular entrance fee. Access to the pool area in swim or sportswear only!

During the course you are free to watch it or go swimming by yourself.

Kein Training:

Ostern/Frühlingsferien 17.04. - 04.05.2025

Auffahrt 29.05. - 01.06.2025

Pfingstmontag 09.06.2025

11 Lektionen à 45 Min. = CHF 198.-
exkl. Hallenbadeintritt

Schwimmschule Freizeitbad Opfikon **AquaFit- und Schwimmkurse**

Ifangstrasse 13
8152 Glattbrugg

Einstieg jederzeit möglich!
Kursgeld wird ab
Einstiegsdatum berechnet.

Schwimmtraining Sport 2, Weiterentwicklung 4-Lagen **Mittwoch, 2. April bis 25. Juni 2025, 16.45 Uhr** **Donnerstag, 27. März bis 3. Juli 2025, 18.10 Uhr**

Voraussetzungen: Schwimmtest 4 Delfin oder Erfahrung in vier Lagen (Brust, Crawl, Rücken, Delfin)

Ist dein Kind eine echte Wasserratte? Hat es bereits den Schwimmtest 4 Delfin, im Kinderschwimmen absolviert oder Erfahrungen in vier Lagen gesammelt. In diesen intensiven 45 Minuten steht die Weiterentwicklung der vier Schwimmstile Brust, Crawl, Rücken und Delfin im Zentrum. Es werden Kraft und Ausdauer trainiert, Technik verbessert und Fehler korrigiert.



Privatlektionen

Schwimmkurse für Anfänger und Fortgeschrittene. Erwachsene oder Kinder.

30 Min. = CHF 80.-

45 Min. = CHF 110.-

60 Min. = CHF 140.-

Für max. 2 Erwachsene oder 3 Kinder oder 1 Erwachsener/2 Kinder.

exkl. Hallenbadeintritt!

Kinder unter 10 Jahren müssen ins Bad begleitet werden (Aufsichtspflicht)!

Die Begleitpersonen (mind. 16 Jahre alt) bezahlen ebenfalls den Hallenbad-Eintritt!

Zutritt nur in Bade- oder Sportkleidung!
Sie dürfen in der Kurszeit zuschauen oder selber schwimmen gehen.

Anmeldungen und Informationen:
shop.opfikon.ch/de/schwimmtraining
irene.ebner@opfikon.ch