

# Kursangebot der Schwimmschule Müller

Anmeldung bei Anne Müller:

Tel. 0176 49488902

## Schwimmabzeichen Seeräuber und Bronze

### Mit Sicherheit in die nächste Freibadsaison

Dieser Kurs richtet sich an Kinder, die bereits das Seepferdchen haben.

Schwimmen macht Spaß „**aber sicher**“ In diesem Kurs gehe ich auf Nummer sicher. Ich werde in diesem Kurs weiter in kleinen Gruppen an mehr Sicherheit und Ausdauer arbeiten. Die Strecken werden zwar länger aber nicht langweilig. Die Kinder werden verschiedene Bewegungsformen am Brett erlernen. Das Rückenschwimmen geht jetzt viel leichter, tauchen, springen darf nicht fehlen, Baderegeln kommen auch nicht zu kurz. Wir werden mit dem Zwischenziel Seeräuber arbeiten so dass der Weg zum Ziel Bronze nicht mehr weit ist.

**Staffel I 07/09.01-14.03.2020**

**Staffel II 17/19.03-27.06.2020**

**Staffel III 20/22.10-19.12.2020**

**Bronze I Dienstag / Samstag 16.00 – 16.45 / 11.00 – 11.45 Uhr**

**Bronze II Donnerstag / Samstag 16.00 – 16.45 / 12.00 – 12.45 Uhr**

max.12-15 Kinder 18/20x 45 Minuten 135 € inkl.19% MwSt. Ausweis/Abzeichen zzgl. Eintritt.  
In den Ferien verlängerte Wochenenden findet kein schwimmen statt.

## Seepferdchen - Schwimmen lernen ohne Schwimmhilfe

Atmen - Schweben - Gleiten - Antreiben: Diese Kernelemente werden wir uns in einzelnen Übungsschritten erarbeiten mit dem Ziel, dass wir ohne Schwimmhilfen über das Rückenschwimmen zur Brustlage wechseln und somit sichere Seepferdchen werden.

**Staffel I 07/09.01-14.03.2020**

**Staffel II 17/19.03-27.06.2020**

**Staffel III 20/22.10-19.12.2020**

**Seepferdchen I Dienstag und Samstag 14.00 - 14.45 Uhr / 9.00 - 9.45 Uhr**

**Seepferdchen II Dienstag und Donnerstag 15.00 - 15.45 Uhr / 15.00 - 15.45 Uhr**

**Seepferdchen III Donnerstag und Samstag 14.15 – 15.00 Uhr / Samstag 10.00 - 10.45 Uhr**

Für Kinder im Vor-/ Einschulalter ab ca. 5 3/4 Jahren, max. 10 Kinder, 20 Lerneinheiten, 45 Minuten, 135 € zzgl. Eintritt, Ausweis und Abzeichen

## Technik Schwimmkurs I/II/III

### Offene Schwimmgruppe

Wenn du Lust auf mehr Schwimmen hast bist du hier genau richtig

Ich werde in diesem Kurs weiter in kleinen Gruppen an mehr Technik und Ausdauer arbeiten. Die Strecken werden zwar länger, aber nicht langweilig. Die Kinder werden verschiedene Bewegungsformen am Brett erlernen. Das Rückenschwimmen geht mit Armen viel leichter, die Tauchstrecken werden länger, wir werden uns mit Flossen im Wasser viel schneller fortbewegen. Kraul in der Grobform werden wir uns erarbeiten, Baderegeln kommen auch nicht zu kurz.

**Staffel II/I: 25/26.10.2020-20/21.03.2021**

**Staffel III: 08/09.05-19.12.2020**

**Technik Silber I: Freitag 15.30-16.30 Uhr**

**Technik Silber II: Samstag 13.00-14.00 Uhr**

**Technik Gold III: Samstag 14.00-15.00 Uhr**

max.12-15 Kinder, 20x45 Minuten, 1x pro Woche, 135€ Ausweis/Abzeichen zzgl. Eintritt

## Mermaid Schwimmkurs I/II

### Schwimmen wie Arielle die Meerjungfrau

Im 10-Wöchigen Workshop wirst du lernen, dich anmutig und schwerelos im Wasser wie eine Meerjungfrau/Meermann zu bewegen. Dazu gibt es Highlight Fotos unter Wasser und wir werden eine Choreographie erarbeiten.

Für Kinder ab 8 Jahre, die bereits das Bronze Abzeichen besitzen, Spaß und Freude am Tauchen haben, sind hier genau richtig.

**Staffel I: 11.01.-14.03.2020**

**Staffel II: 24.10.-19.12.2020**

**Staffel I: Samstag 15.00 - 16.00 Uhr**

**Staffel II: Samstag 16.00-17.00 Uhr**

10 Lerneinheiten, 135 € zzgl. Eintritt, ab 8 Jahre  
max. 12 Kinder Equipment wird gestellt