

SCHWIMMEN

Techniktraining für Jedefrau und Jedermann



„Try different, not harder.“ Unter diesem Motto steht unser Schwimmtraining, in dem Brust- und Kraul vertieft werden. 7 anregende Übungseinheiten bringen effektive Techniktipp, durch die Euer Schwimmstil gleichmäßiger und schneller wird. Beim Kraulen werden Armzug, Atmung und Beinschlag verbessert. Beim Brustschwimmen geht es um die komplexe Bewegung und wie diese Herausforderung gemeistert werden kann. Taucht ein in erfrischende Erkenntnisse rund ums Schwimmen.

Donnerstag mit Dr. Gudrun Wilhelm

17. Sept bis 29. Okt.
17.00 bis 18.00 Uhr

**Schwimmhalle der Willy-
Brandt-Gesamtschule
(25-Meter-Becken)
Freudstraße 15 in
80935 München**

Maximal 25 Teilnehmer

Kursgebühr: ab 35 Euro (abhängig ob
Vereinsmitgliedschaft besteht)

Donnerstag mit Christoph Hesler

17. Sept bis 29. Okt.
21.00 bis 22.00 Uhr

**Schwimmhalle der Willy-
Brandt-Gesamtschule
(25-Meter-Becken)
Freudstraße 15 in
80935 München**

Maximal 25 Teilnehmer

Kursgebühr: ab 35 Euro (abhängig ob
Vereinsmitgliedschaft besteht)

Anmeldung bei Kristin Eichler: kristin.eichler@partner.bmw.de