

## Anfänger Kraul Schwimmkurs

**Voraussetzung:** Vom Wasser soll und darf keine Angst ausgehen. Im Wasser liegen und Kopf unter Wasser tauchen sind Grundvoraussetzung. Sonstige Anforderungen sind nicht erforderlich.

**Inhalte:** Systematischer Aufbau mit viel Praxis und grundlegender Theorie. Für alle Personen die Kraulen unter professioneller Anleitung erlernen möchten. Trocken- und Beweglichkeitsübungen. Inklusive Videoanalyse, Tipps fürs Schwimmen und Übungskatalog.

**Materialien:** passende Schwimmbrille und enge Schwimmbekleidung – alles andere wird leihweise zur Verfügung gestellt

**Termine:** 8 Einheiten mit je 60 Minuten

**Kosten:** 160 €

**Anmeldung:** direkt im Onlineshop unter [www.christianbruckner.at](http://www.christianbruckner.at)

**Infos:** 0650/6559660 oder [info@christianbruckner.at](mailto:info@christianbruckner.at)

**Storno:** die Anmeldung ist verbindlich und der Platz fix reserviert. Abmeldung ist bis 2 Wochen vor Kursbeginn möglich. Bearbeitungsgebühr bei Abmeldung sind €20.-. Nachher sind die vollen Kosten zu bezahlen, außer ein anderer Teilnehmer wird gemeldet.

**Teilnehmerzahl:** mind. 8 Personen – max. 12 Personen

**Eintritt:** Eintritt ist zu bezahlen - reservierte Schwimmbahn ist im Preis inkludiert