

## **Erwachsenen-Schwimmkurs**

Schwimmen lernen kann man in jedem Alter. Unter Anleitung eines erfahrenen Kursleiters werden Sie ans Wasser herangeführt. Sie lernen den Wasserwiderstand kennen und spüren wie das Wasser trägt. Das notwendige Wasservertrauen entwickelt sich.

Das Erlernen von Brustarmzug und -beinschlag, der Atmung sowie die Koordination der Teilbewegungen wird als Technikelement in diesen Prozess eingebunden. Der Kurs findet in einer Kleingruppe von 3-4 Teilnehmern ohne öffentlichen Badebetrieb statt.

Anmeldung und weitere Informationen unter:  
Telefon 0911/551785, Ulli's Schwimmschule  
Internet: [www.ullisschwimmschule.de](http://www.ullisschwimmschule.de)

Zeit: Die Kurse finden fortlaufend statt,  
freitags, 18:00 - 18:45 Uhr

Einheiten: 10 x á 45 Minuten

Ort: Kreisklinik Roth  
Physikalische Therapie (UG)

Gebühr: 175,- €