

# Kursbeschreibung Anfängerschwimmkurs

Schwimmen ist weit mehr als eine Freizeitaktivität.

Es ist eine grundlegende Fähigkeit zur Lebensrettung und Teil der öffentlichen Daseinsvorsorge.

Das Erlernen der Schwimmfähigkeit ist daher ein wichtiges Thema.

Im Anfängerschwimmkurs erlernt Ihr Kind das sichere Schwimmen

- Vom Leichten zum Schweren**
- vom Bekannten zum Unbekannten**
- Auftrieb mit und ohne Schwimmhilfe**
- Freude beim Aufenthalt und Bewegung im Wasser.**
- Tauchen mit geöffneten Augen.**
- Springen ins Tiefe Wasser.**
- Gleiten in gestreckter Körperposition nach dem Abstoßen.**
- Fortbewegung koordinierte Bein- und Armbewegung.**
- Wasser ohne Hilfsmittel selbständig verlassen.**

Der Kurs hat 12 Unterrichtseinheiten a 45 Minuten mit maximal 4 Teilnehmern.

Der Kurs kostet 199 € pro Person.

Einzelkurs kostet 289 €.

4,50 € pro Stunde als Eintritt an den Bäderverein Siedlinghausen  
oder 2 € Hotel Niedersfeld bereits inklusive.

**Ich freue mich schon sehr auf Sie!**

Mit patsch nassen Grüßen

Fit & Fun  
Wassersport und Schwimmkurse  
Vanessa Beckstett

