

# Kraulkurs „Advanced“ für Kraul-Fortgeschrittene

## Kursdetails

Wochentag:	Dienstag
Zeit:	19.00 - 19.30 Uhr
Daten:	03.03. / 10.03. / 17.03. / 24.03. / 14.04. / 21.04.26
Kosten:	CHF 198.00 bei 5 oder 6 Personen CHF 212.00 bei 4 Personen CHF 244.00 bei 3 Personen
Kursort:	Hallenbad Stampfi, Rothrist
Kursleitung:	Stefanie Brüllhardt
Teilnehmer:	mindestens 3 Personen, maximal 6 Personen
Voraussetzungen:	Besuch des Kraulkurses „Basic“ und/oder 1 Länge kraulen können
Inhalt:	<p>Dieser Kurs baut auf den Grundlagen auf, welche du im Kraul Basic kennengelernt hast. Im Kraulkurs Advanced wirst du weiter an der Überwassertechnik trainieren und neu die Technik der Unterwasserphase kennenlernen.</p> <p>Du wirst mit der gesamten Kraultechnik vertraut und verstehst die Biomechanik des Körpers im Element Wasser. Dadurch schwimmst du ökologisch und somit schnell. Du lernst Übungen kennen, wie du verschiedene Technikpunkte auch selbstständig weiterüben kannst.</p>
Anmeldung:	Telefonisch unter 079 903 79 33 oder per e-Mail: info@husner-training.ch

Preisangaben ohne Gewähr, die Preise verstehen sich pro Person für 6 Lektionen à 30 Minuten an obengenannten Daten, ein Vor- oder Nachholen ist leider nicht möglich, inkl. gesetzlicher MwSt., inkl. Benutzung des benötigten Schwimmmaterials, exkl. Hallenbadeintritt. Eine Schwimmbrille ist empfehlenswert.

