

Kursanforderungen

- Crawl Einführung: Ich habe keine Kenntnisse der Crawltechnik, kann jedoch im Tiefwasser schwimmen.
- Crawl Basic: Ich habe den Einführungskurs besucht und kann die Crawltechnik anwenden.
- Crawl Fortg.: Ich kann problemlos 200m ohne Pause crawlen.
- Crawl Jugendliche: Ich kann im Tiefwasser crawlen und möchte mich verbessern, Alter: 13-18 Jahre.
- Frühschwimmer: Ich bin fortgeschritten und schwimme gerne bis zu 2000m und mehr.
- Triathlon Schwimmen: Ich bin ein/eine gute/r Schwimmerin/Schwimmer, mit- oder ohne Triathlon Erfahrung. (Das Schwimmtraining richtet sich an alle, die bereits Technikenkenntnisse mitbringen und diese nun auf längere Distanzen anwenden möchten. Das Schwimmtraining ist besonders für TriathletInnen und MultisportlerInnen geeignet, welche auch Wettkampfziele haben oder einfach ein qualitatives Training absolvieren möchten. Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination bilden den Kern dieses Trainings).



JIIHAAAA!!!