

Erstes Linzer Sommerschwimmcamp 2014



WIR LADEN EUCH AUCH HEUER WIEDER HERZLICH ZU UNSEREM INTERESSANTEN, LUSTIGEN UND VIELVERSPRECHENDEN SCHWIMMCAMP IM JULIUS-RAAB-HEIM EIN!



PROGRAMM

<u>VORMITTAG</u>		<u>NACHMITTAG</u>	
8:30 – 8:45 Uhr:	Einchecken	14:00 – 15:30 Uhr:	Schwimmtraining
8:45 – 9:00 Uhr:	Besprechung und Gruppeneinteilung	16:00 – 17:00 Uhr:	Spiel und Spaß mit uns: Tischtennis, Federball, Volleyball, oder freie Freizeitbeschäftigung Nachmittagsprogramm beinhaltet 1-2 mal klettern in der Kletterhalle und einen Ausflug zum Pleschinger See (Besuch bei der Österreichischen Wasserrettungsstation)
Dann geht es ins Freie: Turnen, Laufen, anschließend Vormittags Wasserprogramm (Schwimmtraining)		17:00 Uhr	Auschecken und ab nach Hause
12:00 – 13:00 Uhr:	Mittagessen in der Mensa (3-gängiges Menü)	Bei Schlechtwetter steht uns die Sporthalle zur Verfügung!	
13:00 – 14:00 Uhr:	Ruhepause		

SCHWIMMTRAINING BEINHALTET:



- Wasserball Grundlagen
- Brustschwimmen verbessern
- Kraulschwimmen/Rückenschwimmen verbessern oder es in 10 Einheiten erlernen
- Delfinschwimmen kennenlernen und verbessern

TERMINE: Termin 1: 07.07.2014 – 11.07.2014 Termin 2: 14.07.2014 – 18.07.2014
Termin 3: 21.07.2014 – 25.07.2014 Termin 4: 28.07.2014 – 01.08.2014

WO: Schwimmhalle Uni Linz-JKU, Julius-Raab-Str. 10, 4040 Linz(Sportgebäude)

WER: Kathi (Qualifizierte Schwimmtrainerin) und Janos (Wasserballtrainer) beim 1. LSK

KOSTEN: € 225,00

VORAUSSETZUNG: Geeignet für Kinder zwischen 9 und 14 Jahren mit Schwimmkenntnis im tiefen Wasser:

Kein Anfängerunterricht!

BEI INTERESSE: besteht ab September die Möglichkeit beim 1. LSK Heindl (www.1LSK.com) weiter zu machen!

Anmeldung mit Platzreservierung bei Fr. Nemeth 0650/ 59 29 461 oder k.nemeth@gmx.at:

Begrenzter Teilnehmerzahl: 12 Kinder/Gruppe

Anmeldeschlus: 04.07.2014

KONTAKT

KATHI NEMETH
Schwimmtrainerin
0650/59 29 461
k.nemeth@gmx.at

JANOS VARGA
Wasserballtrainer
0680/21 28 080
janos.varga@1lsk.com

