

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

TRAININGSGRUPPE ERWACHSENE

Kursnummer: 223306

Ort:	Bäumlihof, Lehrschwimmbecken Bahn 1
Adresse:	Zu den drei Linden 80 4058 Basel

Lerninhalt:	Schwimmen - die gesündeste Sportart Im Wasser besteht die Möglichkeit Ausdauer, Kraft und koordinierte Fähigkeiten optimal zu trainieren. Um durch Schwimmen einen gesundheitlichen Erfolg zu erzielen ist es aber unbedingt erforderlich, den Kopf beim Schwimmen unter Wasser halten zu können.
-------------	--

Trainingsgruppe:

Voraussetzung: 1km Schwimmen können

Ziel: Technik und Ausdauertraining

Trainer:	Anne Hersperger
Kursniveau:	
Bemerkung:	
Kosten:	196.00 CHF
detaillierte Termine:	<u>Lektionen: 7</u> Datum Uhrzeiten keine Termine vorhanden
