BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

TRAININGSGRUPPE ERWACHSENE

Kursnummer: 213306

Ort:	Rialto, Sportbecken Bahn 1 Adresse: Birsigstrasse 45 4054 Basel
Lerninhalt:	**Schwimmen - die gesündeste Sportart** Im Wasser besteht die Möglichkeit Ausdauer, Kraft und koordinierte Fahigkeiten 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 und Florian Geiser
Kursniveau:	
Bemerkung:	
Kosten:	294.00 CHF
detaillierte Termine:	Lektionen: 14 Datum Uhrzeiten keine Termine vorhanden