

Einstieg ins Kraulen

Ob man sich fit halten, die Ausdauer stärken oder den ersten Triathlon bestreiten möchte, Schwimmen ist eine vielseitige und gesunde Sportart. Schon seit einiger Zeit beobachten wir, von der Schwimmabteilung des TSV Bocholt, mit Freuden das ansteigende Interesse an unserer Sportart im Breitensportbereich.

Nicht nur die Anfängerschwimmkurse sind stets gut besucht, es verbleiben auch immer mehr Kinder den Vereinen und besuchen regelmäßig die Trainingseinheiten. Auch viele Erwachsene steigen neu in den Schwimmsport ein. Dabei können, vor allem beim Erlernen der richtigen Technik, einige Schwierigkeiten auftreten. An dieser Stelle möchten wir Sie unterstützen.

Unser neuer Kurs richtet sich daher an alle **Einsteiger über 18 Jahren**, die bereits die Grundzüge des Schwimmens beherrschen, d.h. sicher Brustschwimmen können, und sich jetzt mit dem **Erlernen und Verbessern der Kraultechnik** neue Möglichkeiten im Bereich der Dynamik und Vielfalt eröffnen wollen.

Der erste Kurs startet am **04.April.2020** und findet immer samstags von **9:30 – 11.00 Uhr im Fildekenbad** Bocholt statt. Kursteilnehmer erhalten eine Stempelkarte über 10 Einheiten. Die einzelnen Einheiten bauen zwar aufeinander auf und sollten möglichst regelmäßig besucht werden, jedoch können so einzelne Ausfälle nachgeholt werden, ohne dass Sie etwas verpassen. Die Kosten hierfür belaufen sich auf **45€**.

Interesse geweckt? Weitere Infos und Anmeldung (Unter Angabe von Vor-/Name und Geburtsdatum) **per E-Mail an: Mira.tlk@hotmail.de**