



Weitere Kursangebote und nähere Infos unter  
[www.pb-gmhuette.de](http://www.pb-gmhuette.de)

# Schwimmkurse

Für Kinder und Erwachsene

Panoramabad  
Georgsmarienhütte

Ein Unternehmen der  
Stadtwerke Georgsmarienhütte GmbH

Stadtwerke   
Georgsmarienhütte

# Lust auf Schwimmen?

Schwimmen ist nicht nur gesund – es macht auch Riesenspaß! Grund genug, schon früh die richtige Fortbewegung im nassen Element zu erlernen. Aber auch für Erwachsene ist es nie zu spät. Vor allem, wenn das Schwimmenlernen in so netter Atmosphäre geschieht wie im Panoramabad.

## Anfänger-Schwimmkurs

- Für wassergewöhnte Kinder ab 5 Jahre
- 12 Unterrichtsstunden à 45 min.
- Mo.–Do. im 2-wöchigen Wechsel
- Die Kurse finden nachmittags statt

Ihr Kind lernt Schritt für Schritt, sich ans Wasser zu gewöhnen und sich in ihm zu bewegen. Ziel ist das Schwimmen ohne Hilfsmittel im tiefen Wasser. Kinder, die eine 25m-Bahn bewältigen und einen Tauchring aus schulertiefem Wasser heraufholen, können das Frühschwimmerabzeichen ablegen.

## Aufbau-Schwimmkurs

- Für Kinder mit ersten Schwimmerfahrungen
- 10 Unterrichtsstunden à 45 min.

Hier können die erlernten Schwimmtechniken gefestigt und erweitert werden. Auch unsichere Kinder erlangen eine erhöhte Ausdauer. Voraussetzung für die Teilnahme ist das Schwimmen ohne Hilfsmittel im tiefen Wasser. Ziel ist die Vorbereitung auf das Seepferdchen und weitere Schwimmabzeichen.

## Erwachsenen-Schwimmkurs

- Für Erwachsene ohne oder mit geringer Schwimmerfahrung
- 10 Unterrichtsstunden à 45 min.
- Termine auf Anfrage

Sie beginnen mit der Gewöhnung ans nasse Element. Im flachen Wasser lernen Sie, sich dessen Eigenschaften zunutze zu machen. Gleit- und Tauchübungen helfen, die Schwimmbewegungen richtig anzuwenden und die Koordination zu verbessern. Wenn die erste Unsicherheit überwunden ist, werden Sie unter Aufsicht auch im tiefen Wasser schwimmen.

Termine und Preise entnehmen Sie bitte unserer Homepage oder erfragen Sie telefonisch unter 0 54 01/ 82 92-90.

