



Es ist nie zu spät, mit dem Crawlschwimmen zu beginnen

Crawlkurse für Einsteiger und Fortgeschrittene in der Schwimmhalle Krauer in Kriens

Der **Crawlkurs für Einsteiger** richtet sich an Personen, welche die Grundlagen der Crawltechnik Schritt für Schritt erlernen möchten. Voraussetzungen für den Einsteigerkurs sind sicheres Schwimmen von mindestens 25 Meter in Bauchlage und Ausatmung ins Wasser.

Der **Crawlkurs für Fortgeschrittene** ist ideal für Personen, welche die Grundlagen der Crawltechnik verbessern möchten. Voraussetzungen für den Fortgeschrittenen Kurs sind 50 Meter mit der Gesamtbewegung des Crawls zu schwimmen und die Seitatmung zu beherrschen.

Crawlkurs für Einsteiger:

Kurszeit: Mittwoch 19.15 – 19.55 Uhr

Crawlkurs für Fortgeschrittene

Kurszeit: Mittwoch 20.00 – 20.40 Uhr

Kursdaten:

Oktober: 18.10.2023, 25.10.2023

November: 08.11.2023, 15.11.2023, 22.11.2023, 29.11.2023

Dezember: 06.12.2023, 13.12.2023, (Reservedatum: 20.12.2023)

Kosten:

CHF 280.00 (8 Kurseinheiten, exkl. Badeintritt Schwimmhalle Krauer)

Link zur Anmeldung oder QR-Code scannen:

[Swim Team Lucerne - Crawlkurse \(swimteam-lucerne.ch\)](https://swimteam-lucerne.ch)

Bei Fragen wenden Sie sich bitte per Mail an unser Sekretariat:

sekretariat@swimteam-lucerne.ch

