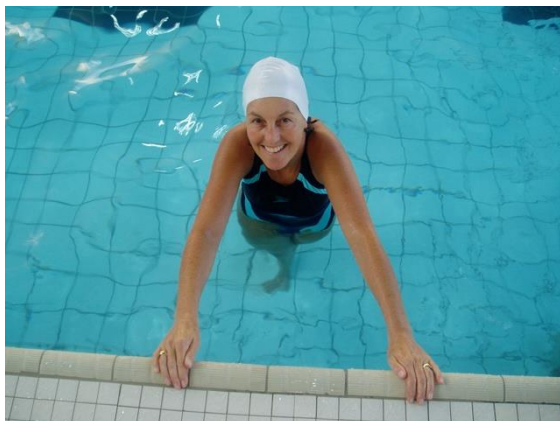


Verein AquaMotion



Margot Guldemann und Team

info@bernerschwimmschule.ch

www.bernerschwimmschule.ch



Folge uns auf Instagram

@bernerschwimmschule

kompetenter SCHWIMMUNTERRICHT für ERWACHSENE

- Vertrauen und Sicherheit
- Kraul schwimmen lernen
- Schwimmtechniken optimieren
- Fitness im Wasser

**aQuality zertifizierte
Schwiminstrukturin**

Schwimmen ist eine besonders gesundheitsfördernde Sportart.

So richtig wohl fühlen im Wasser können Sie sich, wenn das Vertrauen voll und ganz da ist, und wenn Sie die Eigenschaften des Wassers optimal nutzen.

Sie können das alles neu lernen oder Ihre aktuellen Kenntnisse bis zur persönlichen Perfektion weiter entwickeln in einem Kursangebot der Berner Schwimmschule.

Programm 6.6.-3.7. und 10.8.-18.9. 2020 (Sommer-Ferien 6.7.-7.8.)

*Hallenbad Hirschengraben nur möglich vom 6.6.-3.7.

Kurs-Zeit	Kurs-Inhalt	Hallenbad
Montag 20:00-20:55h	Kraul 4 alle Schwimmtechniken	*Hirschengraben
Dienstag 18:00-18:55h	Kraul 3 Kraul-Ausdauer, Wenden	*Hirschengraben
Dienstag 18:15-18:55h	Kraul 1 Kraultechnik lernen	Wyler
Dienstag 19:00-19:40h	Kraul 2 Kraultechnik optimieren	Wyler
Dienstag 19:45-20:25h	Basiskurs Anfängerschwimmen	Wyler
Dienstag 19:00-19:55h	Kraul 4 alle Schwimmtechniken	Wyler
Dienstag 19:00-19:55h	Kraul 5 alle Schwimmtechniken	Wyler
Mittwoch 08:10-08:50h	Kraul 1 Kraultechnik lernen	Weyermannshaus
Mittwoch 08:50-09:30h	Kraul 2 Kraultechnik optimieren	Weyermannshaus
Mittwoch 18:30-19:10h	Kraul 1 Kraultechnik lernen	Weyermannshaus
Mittwoch 19:15-19:55h	Kraul 2 Kraultechnik optimieren	Weyermannshaus
Mittwoch 20:00-20:55h	Kraul 3 Kraul-Ausdauer, Wenden	Weyermannshaus
Mittwoch 20:00-20:55h	Kraul 5 alle Schwimmtechniken	Weyermannshaus
Mittwoch 20:00-20:40h	Kraul 1 Kraultechnik lernen	Weyermannshaus
Donnerstag 08:15-08.55h	Kraul 1 Kraultechnik lernen	Weyermannshaus
Donnerstag 09:00-09.55h	Kraul 3 Kraul-Ausdauer, Wenden	Weyermannshaus
Donnerstag 12:00-12.40h	Kraul 1 Kraultechnik lernen	Wyler
Donnerstag 12:40-13:20h	Kraul 2 Kraultechnik optimieren	Wyler
Freitag 19:00-19:55h	Kraul 3 Kraul Ausdauer, Wenden	Weyermannshaus