



BSV-Bergneustadt 1932 e.V.

Wassergewöhnung 2018

Der Kurs ist für Kinder zwischen 2 und 5 Jahren. In spielerischer Form lernen die Kinder den Umgang mit Wasser.

Kurszeiten: Donnerstags 16:30 - 17:15 Uhr ab **13.9.2018**

Info bei Ilona Häck 02261 / 48904 und ilonahaeck@gmx.de

Seepferdchenkurs 2018

Der Kurs ist für Kinder ab 5 Jahren. Die Kinder lernen 25 Meter zu schwimmen, vom Rand ins Wasser zu springen und einen Gegenstand aus brusttiefem Wasser heraufzuholen.

Kurszeiten: Montags 17:00 - 17:30 Uhr und
Donnerstags 17:30 - 18:00 ab **10.9.2018**

Info bei Astrid Fröhlich 02261 / 48961 und afroehlich@gmx.de

Wassergymnastik 2018

Dieser Kurs beinhaltet Bewegungsübungen im Wasser, die die Verbesserung des allgemeinen Fitness-Niveaus zum Ziel haben. Zu ausgewählter Musik werden Herz-Kreislaufsystem, Muskelkraft, Beweglichkeit und Koordination trainiert.

Kurszeiten: Montags 15:15 - 16:00 Uhr und
Mittwochs 19:00 - 19:45

Info bei Gaby Schütz 02261 / 979190 und g-s.schuetz@t-online.de

Trainingszeiten

Alle Trainingseinheiten finden im Lehrschwimmbekken der Realschule Bergneustadt statt. Während der Sommersaison, von Mai bis zu den Herbstferien, wird zusätzlich eine Trainingseinheit im Freibad Bergneustadt abgehalten.

Zusätzlich findet ebenfalls in den Sommermonaten Turnunterricht in der Turnhalle über dem Schwimmbad statt.

Die Trainingszeiten für den Montag können sich ggf. nach den Sommerferien nochmal verändern.

Kurs	Wochentag	Trainingszeiten
Wassergymnastik	Montag	15:15 - 16:00
		16:00 - 16:45
Seepferdchen		17:00 - 17:30
Fortgeschrittene		17:30 - 18:15
Wettkampfgruppe		18:15 - 19:15
Turnen		19:15 - 20:00
Seniorenschwimmen	Dienstag	20:00 - 21:00
Anfänger	Mittwoch	16:55 - 17:40
Wassergymnastik		18:15 - 19:00
		19:00 - 19:45
Freizeitgruppe	Donnerstag	15:30 - 16:30
Wassergewöhnung		16:30 - 17:15
Seepferdchen		17:30 - 18:00
Fortgeschrittene		18:00 - 19:00
Wettkampfgruppe		19:00 - 20:00
Anfänger	Freitag	16:15 - 17:00
Masters		18:00 - 19:00

Weitere Infos auf

www.bsv-bergneustadt.de