



## BSV-Bergneustadt 1932 e.V.

### Wassergewöhnung 2022

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 **13.2.2020**

**Info bei Ilona Häck 02261 / 48904 und [ilonahaeck@gmx.de](mailto:ilonahaeck@gmx.de)**

### Seepferdchenkurs 2022

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 16:45 - 17:15 Uhr und  
Donnerstags 17:30 - 18:00 Uhr ab **13.1.2022**

**Info bei Christiane Speil 0157 75078023 und**

**[c.speil@freenet.de](mailto:c.speil@freenet.de)**

### Wassergymnastik 2022

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 / 16:00 - 16:45 Uhr und  
Mittwochs 18:00 - 18:45 Uhr / 18:45 - 19:30 Uhr

**Info bei Gaby Schütz 02261 / 979190 und [g-s.schuetz@t-online.de](mailto:g-s.schuetz@t-online.de)**