



S C H W I M M C L U B
F L U M S E R B E R G

Flumserberg
HALLENBAD



@HALLENBADFLUMSERBERG

Wir starten Kraulschwimmen Technik-Kurs

Liebe Wassersportfreunde

Möchtest du **effizienter und schneller durchs Wasser** gleiten? Hast du Lust, **deine Technik zu verbessern** oder Kraulschwimmen endlich richtig zu lernen? Dann ist unser professioneller Kraulschwimmkurs genau das Richtige für dich!

In unserem Kurs lernst du:

- **Die richtige Atemtechnik für ein müheloses Schwimmen**
- **Effektive Arm- und Beinbewegungen für mehr Tempo**
- **Tipps zur Verbesserung deiner Wasserlage und Ausdauer**

Wo: Hallenbad Flumserberg
Datum: Mittwoch, 26. Februar 2025
Zeit: 19:00 – 19:45 Uhr
Dauer: 8x
Kosten: 160.- Fr., exkl. Eintritt
Kurskosten werden bar der Leiterin bezahlt.
Leitung und Anmeldung: Erica Danneskiold-Samsoe / Dipl. Wassertrainerin
+41 77 525 56 58 / lollebie@gmail.com

Wir erreichen deine Ziele im Wasser – bis bald am Flumserberg

www.schwimmclub-flumserberg.ch