

BWTV Schwimmseminar für Frauen



Techniktraining zu Beginn des neuen Jahres mit Ricarda Lisk



Das Seminar findet am Sonntag, 03.01.2016, in Isny im Allgäu statt und richtet sich an alle Frauen, die das Kraulschwimmen zumindest in der Grobform beherrschen, die Spaß und Freude am Schwimmen haben und ihre Technik verbessern möchten.

Die Praxis steht natürlich an diesem Tag im Vordergrund. Neben der Vermittlung von spezifischen Übungen wird es eine Schwimmstilanalyse geben sowie Tipps und Tricks zum Techniktraining im Wasser.

Zusätzlich werden wichtige theoretische Informationen zu Wasserlage, Antrieb und Trainingsmethoden vermittelt, sowie der Gebrauch von Pullbuoy, Paddles & Co. beleuchtet.

Termin: Sonntag, 03.01.2016, 12.30 - 20.15Uhr

Ort: Klinik Überrauch in Isny im Allgäu

Leistung: Referenten, Lehrgangunterlagen, Eintritt ins Bad, Mittagessen; Getränke für den Praxisteil bitte selbst mitbringen

Referenten: Ricarda Lisk (Olympiateilnehmerin, Trainerin B Triathlon)
Claudia Gralki (Trainerin B Triathlon)

Preis: 75,- € für BWTV-Mitglieder
85,- € für Nichtmitglieder

Lehrgang: 2016-01 FSS-2

Anmeldung: Über die [Online-Anmeldung](#) des BWTV

Maximale Teilnehmerzahl: 14 Personen

Meldeschluss: Freitag, 18.12.2015

Weitere Infos zum Seminar:

Dorit Clemens (Sportreferentin) | 0711 / 28077 351 | dorit.clemens@bwtv.de