

Frauenseminar „Schwimmen & Laufen“ mit Ricarda Lisk



Das Frauenseminar findet am Samstag, 11.11.2017, in Remchingen statt und richtet sich an alle Triathletinnen, die ihre Technik im Bereich Schwimmen (Kraulschwimmen) und im Laufen verbessern möchten.

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

Zusätzlich werden wichtige Informationen in Theorie und Praxis zum Laufen und zu einem effektiven Laufstil vermittelt.

Termin: Samstag, 11.11.2017, 10.00 - ca. 18.30 Uhr

Ort: Remchingen

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

Referenten: Ricarda Lisk (Olympiateilnehmerin, Trainerin B Triathlon)

Preis: 80,- € für BWTV-Mitglieder

90,- € für Nichtmitglieder

Lehrgang: 2017-11 FS -1-

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

Maximale Teilnehmerzahl: 14 Personen

Meldeschluss: Freitag, 28.10.2017

Weitere Infos zum Seminar:

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