




Kurse 2020 Sommerferien Intensiv-Schwimmkurse

Reisen für Alle 

Kursanmeldung im InfoCenter

In unserem Kundenzentrum - direkt am neuen „Zentralen Platz“ gelegen - können alle Kurse gebucht und Auskünfte zu individuellen Fragen rund um das Freizeitzentrum Xanten eingeholt werden.

Anmeldungen sind nur mit Zahlung der Kursgebühr verbindlich. Sie werden in Reihenfolge des Zahlungseingangs berücksichtigt.

InfoCenter
Am Meerend 2
46509 Xanten-Wardt

E-Mail: info@f-z-x.de



www.f-z-x.de



... meine Auszeit vom Alltag

Geschütztes Schwimmbecken im Naturbad Xantener Südsee

Das barrierefreie Schwimmbecken wird vom Wasser der Xantener Südsee durchspült und bietet innerhalb dessen einen geschützten Bereich bis 1,35 m Wassertiefe.

Das Wasser der Xantener Südsee ist natürlich frei von Zusatzstoffen und eignet sich gut für Personen mit empfindlicher Haut. Die Gewässerqualität wird regelmäßig kontrolliert.

Die Wassertemperatur beträgt in der Sommerzeit angenehme ca. 22° C. Nach einer Hitzeperiode speichert das Wasser die Wärme länger als die Umgebungsluft. Daher bleibt es auch an folgenden kühleren Tagen noch längere Zeit angenehm warm. Bei Bedarf stehen den Kursteilnehmenden kostenfrei Neoprenanzüge zur Verfügung.

Unser Rezept für erfolgreiches Schwimmen lernen

Schwimmanfänger erwarten im Bewegungsraum Wasser neue, andere und gewöhnungsbedürftige Umgebungsbedingungen als an Land.

Durch die Flut an Sinneseindrücken und Erfahrungen im tiefen Wasser ermöglichen wir den Teilnehmern in einer ersten Phase der Wassergewöhnung, das Element mit all seinen Aktionsmöglichkeiten zu erschließen und angstfrei zu bewältigen.

In einem eher offenen Unterrichtsverfahren werden die Schlüsselfertigkeiten

- Auftreiben und Gleiten in Bauch- und Rückenlage,
- Beherrschen einfacher Tauchformen mit offenen Augen,
- kontinuierliches Ein- und ins Wasser Ausatmen,
- Hineinspringen in das Wasser

als Fundament des erfolgreichen Schwimmen lernens geübt und gefestigt.

Intensiv-Schwimmkurs für Schulkinder

Sicher in der Wasserwelt!

Schwimmen ist die grundlegende Voraussetzung, um sich im Wasser sicher zu bewegen und damit wohlzufühlen.

Aufbauend auf den individuellen Fähigkeiten jedes einzelnen Kindes können im Intensiv-Schwimmkurs für Schulkinder die ersten Schwimmübungen erlernt und geübt werden. Als Abschluss kann das „Seepferdchen“ als Leistungsnachweis abgenommen werden.

Intensiv-Schwimmkurse in den Sommerferien

Für Schulkinder

Termine		Kursumfang	Kursgebühr
20. Juli - 10. August	mo., mi., fr. 8:30 Uhr - 9:15 Uhr	10x 45 Minuten	85,- €
20. Juli - 10. August	mo., mi., fr. 9:15 Uhr - 10:00 Uhr	10 x 45 Minuten	85,- €

Es gelten Mindestteilnehmerzahlen.

Kursdurchführung durch qualifizierte und zertifizierte Instrukteure des Freizeit-zentrums Xanten.