

Kinderschwimmkurse

Wir bringen Kindern auf spielerische Art und Weise das Schwimmen bei. Die Kinderschwimmkurse des Schwimmclub Lai basieren auf den Grundlagen des Interverbandes für Schwimmen (swimsports).

Bei bestandenem Kurs erhält das Kind ein swimsports-Abzeichen. Das Mindestalter der Kinder ist 5 Jahre.

Kursleitung:

Silvio Saluz, Lenzerheide
Stefanie Messmer, Valbella
Verena Michel, Lenzerheide

Dauer: 12 Lektionen à 40 Minuten,
1x pro Woche (Dienstag)

Zeiten:

Test 1 17:00–17:40 Uhr
Test 2 17:45–18:25 Uhr
Test 3, 4 + 5 18:30–19:15 Uhr
Test 6+7 Klubmitgliedschaft,
Training am Dienstag

Kosten: Fr. 120.–, exkl. Badeintritt

Herbstkurs

10.2010 bis 04.2011

Es liegt uns sehr viel daran, Ihre Kinder auch während den Wintermonaten unterrichten zu können. Die Kursdaten sind so abgestimmt, dass während den Haupt-Ferienzeiten sowie während dem Weltcupfinale keine Kursdaten figurieren.

26.10.–02.11. (2x)

16.11.–07.12. (4x)

11.01.–18.01. (2x)

22.03.–12.04. (4x)

Frühlingskurs

06.2011 bis 10.2011

07.06.–05.07. (5x)

23.08.–04.10. (7x)



Testübersicht/Anforderungen



■ **Test 1 – Krebs**
Anforderungen:
Mindestalter 5 Jahre



■ **Test 2 – Seepferd**
Anforderungen:
Vollständiges Untertauchen,
vom Bassinrand springen und
selbständig auftauchen, alleine
auf dem Wasser schweben in
Bauchlage



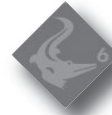
■ **Test 3 – Frosch**
Anforderungen:
Augen öffnen unter Wasser,
selbständig auf dem Wasser
schweben in Bauch- und Rückenlage,
selbständiges Gleiten
über minimal 2m in Bauchlage



■ **Test 4 – Pinguin**
Anforderungen:
Selbständiges Gleiten im Wasser
in Bauch- und Rückenlage
mit Abstossen vom Rand, 8m
Wechselbeinschlag in Bauch-
oder Rückenlage



■ **Test 5 – Tintenfisch**
Anforderungen:
15-25m Fortbewegung in Rückenlage
mit Armantrieb und Wechselbeinschlag,
10- 15 m
Fortbewegung in Bauchlage
mit Armantrieb und Wechselbeinschlag,
Handstand



■ **Test 6 – Krokodil**
Anforderungen:
25m Fortbewegung in Schraubenkraul,
5 m Tauchen mit Richtungswechsel
und Brustarmzug, Köpfler



■ **Test 7 – Eisbär**
Anforderungen:
15m Kraul ganze Lage 20- 30
m Kraul-Brust-Mix, 10-15m
Gleichschlag der Beine (Brust)

casanova
baumanagement gmbh

Architektur und Bauingenieurwesen
Bauherrenberatungen
Bauleitungen
Energieberatungen

7075 churwalden · tel. 081 356 26 10 · www.chbau.ch

Kursleiterinnen und Kursleiter Kinderschwimmkurse

Monika Kellenberger

Tel. 079 286 90 33 (ausserhalb Geschäftszeiten)
E-Mail info@sclai.ch

Funktion
Leiterin Schwimmschule

Beruf
Geschäftsführerin Casanova EDV Lösungen

Ausbildungen

- Lebensretterin Brevet I
- Aqua Basic
- Aqua Technics
- Aqua Kids

Zusätzliches
aktive Triathletin, ehem. Präsidentin
Wassersportverein St. Gallen

Vreni Michel

Funktion
Kursleiterin Test 1 und Test 2

Beruf
Mutter und Hausfrau

Ausbildung

- Lebensretter Brevet I
- Aqua Basic
- J+S Schwimmen

Zusätzliches
Schwimmkursleiterin bei der Schwimm-
schule Wasserflosse in Tiefencastel

Stefanie Messmer

Funktion
Kursleiterin Test 1 und/oder Test 2

Beruf
Primarlehrerin

Ausbildung

- Lebensretterin Brevet I

Zusätzliches
Leitung Schulschwimmen Parpan
Klassen 1–6

Silvio Saluz

Funktion
Kursleiter Tests 3–5

Beruf
Tourismusstudent

Ausbildung

- Brevet I
- J+S Schwimmen

Zusätzliches
In der Jugend Wettkampfschwimmer
beim SC Wittenbach, später Nachwuchs-
trainer beim WSV St. Gallen