



ADULT SWIM

Atemtechnik in allen Lagen
Stabilisation der Wasserlage
Koordination Arme Beine in Brust & Kraul

SCHWIMMKURS FÜR ERWACHSENE

Wo: Schwimmbad Moos Balsthal
Wann: Montag 12.15 - ca. 13.00 Uhr
Start: Di. 16.08.22 danach jeden
Montag bis 19.09.2022
Anmeldung: bis 05.08.22; so.gsund@fd.so.ch
Kursleitung: Ramona Gilomen 076 334 23 26
Nicole F. Vittori 079 658 61 11
Wichtig: Schwimmkenntnisse vorausgesetzt
nicht für Einsteiger



Web ADSwim

 KANTON **solothurn**
So.gsund



DIE MOTIVATION FINDET DICH