

Leren zwemmen - volwassenen

Voor de volwassenen biedt de sportdienst lessen aan in 2 niveaus: starters en gevorderden. Het is nooit te laat om te leren zwemmen en er staat geen leeftijd op. We willen dan ook iedereen de kans geven om één van de meest complete sporten, met een lage belasting veilig te laten beoefenen. We focussen hierbij op de techniek die uw persoonlijke voorkeur geniet: schoolslag of borstcrawl.

ZWEMLESSEN VOOR VOLWASSENEN - STARTERS

Gericht op volwassenen die geen of weinig ervaring hebben met zwemmen. We besteden ruimschoots aandacht aan het goed en veilig voelen in het water, maar werken uiteraard ook aan een correcte basistechniek van de door jouw gekozen zwemstijl.

ZWEMLESSEN VOOR VOLWASSENEN - GEVORDERDEN

Voor iedereen met een correcte basistechniek bieden we ook een vervolmaking aan. Het doel van deze lessenreeks is een volledig correcte zwemstijl aan te leren via tal van leuke oefeningen. De beoordelingscriteria van een correcte schoolslag vind je in deze brochure. Voor die van borstcrawl kan je terecht bij de onthaalmedewerkers van het zwembad of de lesgever.