

stein
egerta
bildet

stein
egerta



EDUQUA

Erwachsenenbildung Stein Egerta Anstalt
In der Steinegerta 26
9494 Schaan, Liechtenstein
+423 232 48 22
info@steinegerta.li

Crawlkurs für Erwachsene, Fortgeschrittene

Vertiefung der Crawltechnik und Verbesserung
des Schwimmstils

Montag, 20. Oktober 2025

Crawlkurs für Erwachsene, Fortgeschrittene

Beginn

Montag, 20. Oktober 2025, 19.20 bis 20.05 Uhr

Dauer

8 Montagabende (8. Dez. entfällt)

Ort

Schulzentrum Unterland, Hallenbad, Eschen

Referent/in

Jana Wessolowski

Kosten

CHF 138.-

Voraussetzung

Grundtechnik des Crawlschwimmens

Mitbringen

Schwimmutensilien, evtl. Schwimmbrille

Hinweise

Hallenbadeintritte gehen zu Lasten der Teilnehmenden.

Organisation

Gemeinde Eschen

Kursziel

Die Teilnehmenden optimieren ihre Crawltechnik und eignen sich einen fließenden und ausdauernden Schwimmstil an.

Inhalt

Durch spezifische Übungen verbessern die Teilnehmenden ihre Grundkenntnisse der Crawltechnik und verfeinern die Elemente des Crawlschwimmens wie Körperrotation, Armzug, Beinschlag, Atmung und Rhythmus.

Leitung

Jana Wessolowski ist Schwimmtrainerin.