

02 / KLEINGRUPPENKURS

Kraultechnik intensiv – 6-Wochen-Kurs

Sechs aufeinander abgestimmte Praxiseinheiten für einen effizienteren, stabileren Kraulstil.



WIEN • ÖSTERREICH

KURS • FIKTIVES BEISPIEL

FORMAT

6 × 75 Min • max. 8 Plätze

ZEITRAUM

18.03.–22.04.2027

DEMO-PREIS

189 € / Kurs

DEINE SCHWERPUNKTE

**Woche 01–02**

Wasserlage, Körperspannung,
Beinschlag und Körperrotation.

**Woche 03–04**

Wasserfassen, Armzug, Atmung
und rhythmische Koordination.

**Woche 05–06**

Schwimmökonomie, individuelle
Korrektur und Abschlusscheck.

KURSABLAUF

Sechs Donnerstage, jeweils 18:00–19:15 Uhr. Die Teilnehmer trainieren in einer kleinen Gruppe mit differenzierten Übungen und konkretem persönlichem Feedback.

- 18. und 25. März; 1., 8., 15. und 22. April 2027
- Voraussetzung: sicheres Kraulschwimmen über mindestens 50 Meter
- Ort: Wien, Schwimmhalle (Demo-Standort); keine Anmeldung möglich

DEMO • KEINE REALE BUCHUNG ODER ANMELDUNG

Fiktives Informationsblatt für Marketing- und Funktionstests auf schwimmtrainer.at. Alle Angaben, Preise, Termine und Qualifikationen sind Beispieldaten.