

Sportangebot des Wasser- und Schwimmsportclub Lindlar 1997 e.V.

Kurse

Schwimmschule

Säuglings-
schwimmen

Eltern- und Kind-
Schwimmkurse

Grundkurs
(Wassergewöhnung)

Aufbaukurs
(Schwimmerlernung)

Bronze-, Silber- und
Goldabzeichen-
Kurse

Breitensport

Aqua-Fitness-Kurse

Kurse an Land

Vereinsschwimmen

Schwimmerische Grundausbildung

Ansprechpartner: Florian Podschun

AS/AB (Anfängerschwimmen)

8 Jahre und jünger (mit Seepferdchen)*

Mo 16.00 - 17.15 Uhr Parkbad

Florian, Heidi, Johanna, Noel, Paula, Ina

Breitensport

Ansprechpartner: Florian Podschun

B3

*8 - 11 Jahre**

Mo 17.00 - 18.00 Uhr Parkbad

Florian, Heidi, Johanna, Paula

B2

*11 - 17 Jahre**

Mo 19.00 - 20.00 Uhr Parkbad

Florian, Heidi, Johanna

B1

*18 Jahre und älter**

Mi 20.00 - 21.45 Uhr Parkbad

Stefan

Wettkampfschwimmen

Ansprechpartner: Christoph Stephan

WK 3 (Einstieg)

*7 - 9 Jahre**

Mo 17.00 - 18.15 Uhr Parkbad

Christoph, Sandra, Julian, Ina, Noel

WK 2 (Techniktraining)

*9 - 12 Jahre**

Mo 18.00 - 19.15 Uhr Parkbad

Christoph, Sandra, Julian, Ina, Paula

Mi 18.00 - 19.15 Uhr Parkbad

Christoph, Stefan, Julian, Ina, Sonja, Anna, Noel

WK 2 (Fisnesstraining)**

*12 - 14 Jahre**

Mo 19.00 - 20.00 Uhr Parkbad

Christoph, Sandra, Julian

Mi 19.00 - 20.00 Uhr Parkbad

Christoph, Stefan, Julian, Ina, Sonja, Anna

Fr 17.30 - 19.00 Uhr kl. Halle

Christoph, Stefan

Sa 09.30 - 11.15 Uhr Parkbad**

Christoph

WK 1

*14 Jahre und älter**

Mo 19.45 - 21.30 Uhr Parkbad

Christoph

Mi 19.45 - 21.45 Uhr Parkbad

Christoph

Fr 17.30 - 19.00 Uhr kl. Halle

Christoph, Stefan

Sa 09.30 - 11.15 Uhr Parkbad**

Christoph

Masters

*18 Jahre und älter**

Mo 20.00 - 21.45 Uhr Parkbad

Stefan

Mehr Informationen zu den Kursen...

Weitere Informationen zur Anmeldung, den Terminen und den Inhalten sind auf unserer Homepage unter dem Bereich Kurse zu finden.

Anmerkungen zum Vereinstraining...

*Alle Altersangaben sind grobe Anhaltspunkte. Speziell im Wettkampfbereich sind die individuellen Fähigkeiten und Leistungen der Kinder wichtiger für die Zuordnung der Trainingsgruppe, als das Alter. Die Einteilung findet in Abstimmung mit den Trainern statt.

**Das Samstagstraining der WK 2 und WK 1 wird durch die Trainer festgelegt und ist nicht automatisch Teil des Trainingsprogramms der jeweiligen Gruppen.

***Das WK 2 Fisnesstraining ist kein alleinstehendes Training, sondern findet nur in Kombination mit dem WK 2 Techniktraining statt und ergänzt dieses.

Kontakt...

Infos zu allen Themen auf www.wsc-lindlar.de

...bei Fragen zum Vereinsschwimmen: [schwimmen\[at\]wsc-lindlar.de](mailto:schwimmen[at]wsc-lindlar.de)

...bei Fragen zu den Kursen: [kurse\[at\]wsc-lindlar.de](mailto:kurse[at]wsc-lindlar.de)