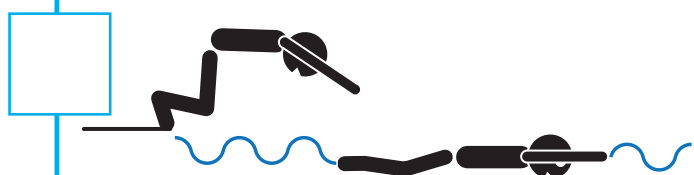


hat am Vertiefungskurs „Techniken in Grobform, Tiefwasser“
teilgenommen und dabei folgende Schwimmfertigkeiten erreicht:

Kopfsprung vom Beckenrand und
5 Meter im „Bauchpfeil“ gleiten



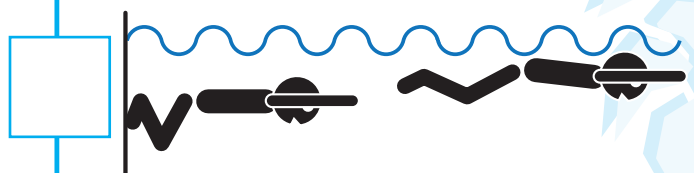
(Arme in Vorhalte)

mind. 10 Meter Rückenschwimmen in
Grobform



Arme über Wasser

Abstoßen unter Wasser und
5 Meter „Delfinwellen“



Arme angelegt oder in Vorhalte

mind. 25 m sicheres Schwimmen ohne
Hilfsmittel im tiefen Wasser (beliebige
Schwimmart)



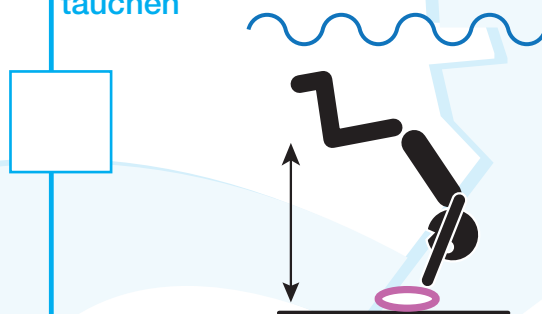
Schafft bereits Meter

mind. 10 Meter Kraulschwimmen in
Grobform



Gesicht liegt noch im Wasser, Arme über Wasser vorbringen

2x Ring im schulertiefen Wasser
tauchen



Herzlichen Glückwunsch!

Kursempfehlung zum Weiterüben: Wiederholung Vertiefungskurs ☐

Vereinsgruppe ☐

Datum:

Name des Prüfenden:

Dein Schwimmtrainer-Team des SV Nikar Heidelberg e.V.

Liebes Schwimmkind, liebe Eltern,

wir gratulieren Dir ganz herzlich zum Erreichen der Schwimmfertigkeiten aus dem Vertiefungskurs! Wenn Dir zum Weiterüben die Vereinsgruppen empfohlen wurden, dann kannst du Dich schon sehr vielseitig im Wasser bewegen und bereits einige Meter in der Kraul- und Rückentechnik im Tiefwasser schwimmen. Doch sicheres und richtiges Schwimmen beinhaltet noch ganz viel mehr! Daher empfehlen wir Dir, mit dem Schwimmen im Verein weiterzumachen. Hier lernst du kindgerecht mit Gleichaltrigen die verschiedenen Schwimmstile (Delfin, Rücken, Brust und Kraul), die richtige Schwimmtechnik und du bekommst noch mehr Sicherheit im Wasser.

Schwimmen macht Spaß und ist zudem eine der gesündesten Sportarten überhaupt!

Wir laden Dich ganz herzlich ein, die Welt des Wassers im Verein zu erkunden. Weitere Infos findest du im Nikar4Kids-Flyer.

Das Vereinstraining findet ausschließlich in der OSP-Schwimmhalle (Im Neuenheimer Feld 710, 69120 Heidelberg) statt.

Für ein Probetraining und für weitere Informationen meldet euch bei Vanessa Lukacs per E-Mail unter nikar4kids@sv-nikar.de

Wir würden uns sehr freuen, Dich bei uns im Verein begrüßen zu dürfen!

SV Nikar Heidelberg e.V.

SCHWIMMVEREIN NIKAR Heidelberg e.V.

Geschäftsstelle: Tiergartenstr. 13/2, 69121 Heidelberg

Kontakt: Maike Knapp (Leitung der Geschäftsstelle), Tel: 06221-471010, Email: knapp@sv-nikar.de,

Homepage: www.sv-nikar.de