

## Kraulschwimmkurs für Einsteiger



**Das Tri-Team Hagen bietet einen „Kraul-Schnupperkurs“ an, um Euch die Grundlagentechniken für das Kraulswimmen zu vermitteln.**

Am **09. / 23. und 30. März** habt Ihr in der Zeit von 09:00 Uhr bis 10.30 Uhr die Möglichkeit im Westfalenbad Hagen zu erfahren, dass die Bewegung im Wasser genauso Spaß machen kann wie an Land. Der Schnupperkurs besteht aus 3 Einheiten à 90 min. und kostet 75,- Euro (+ Eintritt ins Westfalenbad). Zur Teilnahme sind keine Kraul-Grundkenntnisse notwendig. Ihr solltet Euch aber 50m "über Wasser halten", schwimmen können, egal ob Brust, Rücken oder vielleicht doch schon Kraul. Die Schwimmtrainer Uwe Perkams und Ben Wille erwarten Euch.

Anmeldung und weitere Informationen per eMail an Jochen Baumann:

[Jochenbaumann1848@gmail.com](mailto:Jochenbaumann1848@gmail.com)