

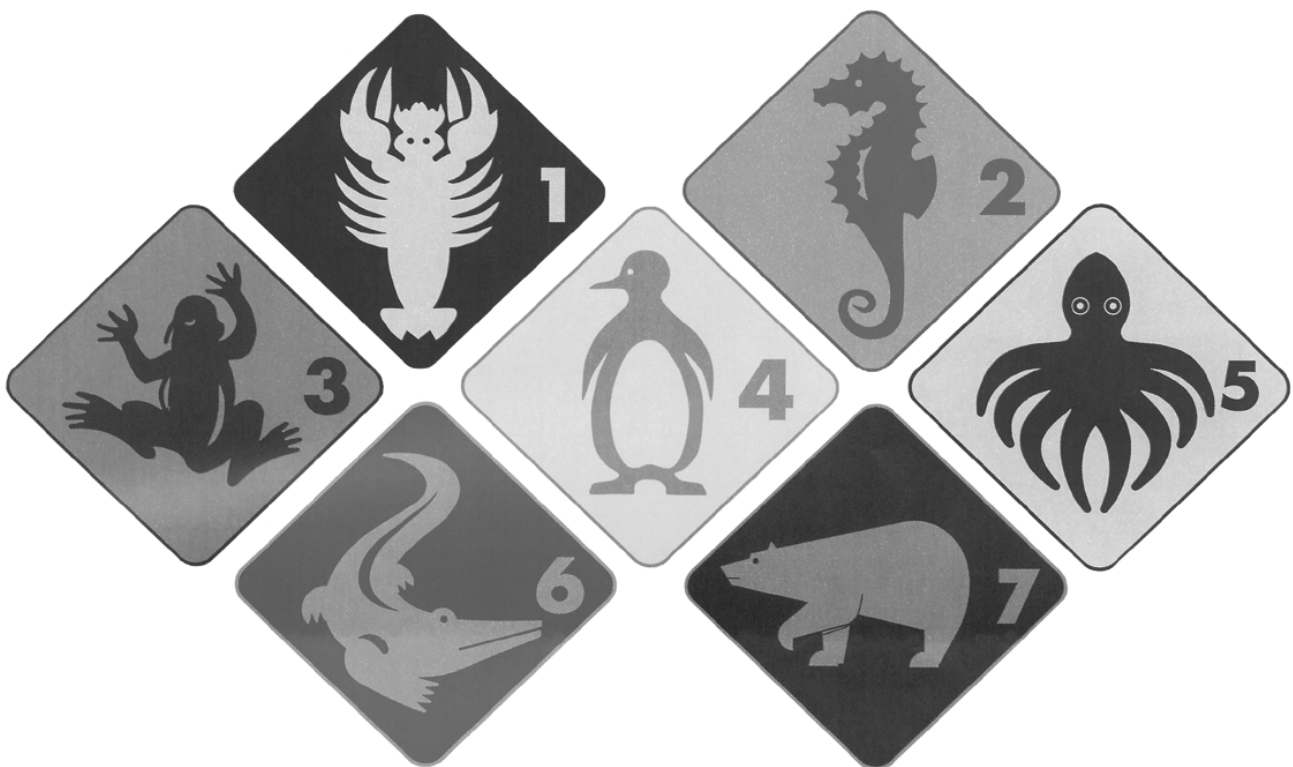
SCHWIMMSCHULE LUZIA HITZ LEHMANN

Dipl. Schwimminstruktorin

Telefon 031 99 11 305

aQuality zertifizierte Schwimmschule

Bébé/Elki/Kinder/Erwachsene/Ferien



www.schwimmschule-hitz.ch

Verein AquaMotion

Bébé- und Eltern-Kind-Kurse, Details siehe bitte Internet
Kursstart jeweils Januar/April/Oktobre, Einstieg jederzeit möglich sofern freie Plätze

Therapiebad Baumgarten

Kurskosten inkl. Eintritt: 1 Lekt., CHF 20.–

Montagnachmittag

Donnerstagnachmittag

Samstagvormittag und -nachmittag

Hallenbad Weyermannshaus

Kurskosten, exkl. Eintritt: 1 Lektionen CHF 15.–

Donnerstagvormittag

Freitagvormittag

Hallenbad Wyler

Kurskosten, exkl. Eintritt: 1 Lektionen CHF 15.–

Montagvormittag

Physiotherapie Talgut Ittigen

Kurskosten, inkl. Eintritt: 1 Lektionen CHF 25.–

Dienstagabend

Stiftung Rotonda Jegenstorf

Kurskosten, inkl. Eintritt: 1 Lektionen CHF 20.–

Mittwoch- und Donnerstagvormittag

Kinderkurse, Details siehe bitte Internet

Lektion à 30 Minuten CHF 14.– pro Lektion, exkl. Eintritt

im Wyler, Weyermannshaus, Stettlen

Begleitpersonen bezahlen Eintritt, Zutritt nur in Badekleidern

Kursstart ab Herbstferien ca. 15 Lektionen, ab März ca. 13 Lektionen

Hallenbad Wyler

Montagvormittag und -nachmittag, alle Stufen

Hallenbad Weyermannshaus

Mittwochnachmittag, alle Stufen

Donnerstagvormittag und -nachmittag, alle Stufen

Freitagvormittag und -nachmittag, alle Stufen

Hallenbad Stettlen

Montagnachmittag, alle Stufen

Mittwochnachmittag, alle Stufen

Freitagnachmittag, alle Stufen

Therapiebad Baumgarten

Samstag ganzer Tag, alle Stufen

pro Lektion CHF 17.– inkl. Eintritt

Begleitpersonen warten im Gang

Kursstart ab Sommerferien ca. 16 Lektionen, ab Januar ca. 20 Lektionen

Talgut Ittigen

Dienstagabend, Kebs/Seepferd

ab Oktober/Januar/April, 1 Lektion CHF 25.– inkl. Eintritt

Stiftung Rotonda, Jegenstorf

Mittwochmorgen, Kebs

Donnerstagmorgen, Kebs

ab Oktober/Januar/April, 1 Lektion CHF 20.– inkl. Eintritt

Ferienkurse in den Hallenbäder Wyler/Weyermannshaus/Stettlen

5 Lektion à 40 Minuten, Krebs 30 Minuten CHF 85.–, exkl. Eintritt
je nach Renovation während den Frühlings-, Sommer- und Herbstferien

Erwachsenenkurse

10 Lekt. CHF 200.–, exkl. Eintritt, sofern Platz, ist der Einstieg ist laufend möglich.

Hallenbad Weyermannshaus

Donnerstagvormittag

Privat- und Halbprivatlektionen, Kleingruppen

Nach Absprache für Kinder und Erwachsene.

Hier möchte ich Ihnen unsere Kursziele vorstellen

Details zu den Testanforderungen siehe Internet



Kursziele für Krebs und Seepferd (Wassergewöhnung)

Spielerische Wassergewöhnung zum Untertauchen mit ausatmen und Augen öffnen.
Schweben und Gleiten in Brust- und Rückenlage.

Kursziele für Frosch, Pinguin (Anfänger)

Einführung Kraulbeinschlag und Rückenkraul. Erlernen der Seitenlage, Drehungen
zur Kraulatmung, Schulung des Wasserwiderstandes. Orientierung unter Wasser und
vertrauen ins tiefe Wasser.



Kursziele für Tintenfisch und Krokodil (Schwimmer)

Einführung und Schulungsformen für Kraul und Brustbeinschlag.
Rotationen, Köpfler.

Kursziele für Eisbär und Wasser-Sicherheits-Check, WSC

Einführung der Delfinbewegung und Brustgleichschlag.

WSC Anforderungen: Rolle vw, 1 min. an Ort schweben oder Wasserstampfen, 50m
schwimmen, alle 3 Übungen müssen ohne Pause absolviert werden.

Kosten für WSC Ausweis CHF 10.–.



Schwimm-, Kombi-, Rettungs-, Flossenteste (Fortgeschrittene)

Schulung aller 4 Schwimmarten. Schwimmen mit ABC-Ausrüstung. Förderung der
Koordination, des Gleichgewichts, Wasservertrautheit und Ausdauer.

Unsere Philosophie

Testli sind kein Geschenk oder Bestätigung eines Schwimmkurses. Sie müssen in allen Teilen erreicht werden und die Übungen jederzeit wiederholt werden können, so dass darauf aufgebaut werden kann. Ein Abzeichen pro Kurs wird, wenn die Anforderungen erreicht sind, **individuell** gegen Kursende gratis abgegeben. Es gibt also NIE eine Prüfung! Helfen Sie bitte mit den «Testli-druck» zu vermeiden, indem Sie das Abzeichen nicht zum eigentlichen Ziel erklären.

Oberstes Ziel ist, in einer entspannten und fröhlichen Atmosphäre die Lust am Wasser zu wecken und zu vertiefen. Die Wassergewöhnung sowie die Kernelemente wie Atmen und Schweben, Gleiten und Antreiben werden auf allen Stufen immer wieder vertieft. Sie sind die Basis um entspannt und lustvoll die richtige Technik zu lernen. Individuell gehen wir auf persönliche Probleme ein.

Anmeldeverfahren/Rücktrittsbedingungen/AGB

Im Internet können Sie das Niveau und Kurszeit abgeklärt und erhalten nach Ihrer elektronischen Anmeldung die definitive Kursbestätigung per Mail. Der Kursbetrag wird dann innert 10 Tagen fällig. Nichtbezahlen des Betrags gilt nicht als Abmeldung. Bei Abmeldung bis 30 Tage vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von CHF 30.– erhoben. Bei späterer Annullierung ist der ganze Kursbeitrag fällig, unabhängig vom Grund der Abmeldung. Es kann ein Ersatz gestellt werden. (Gleiches Niveau und Zeit vorausgesetzt). Umbuchungen werden mit CHF 20.– berechnet. Beim Krebslikurs wird der Beitrag minus Bearbeitungsgebühr von CHF 30.–, beim nächsten Kursstart angerechnet, wenn das Kind wegen ungenügender Reife zurückgestellt werden muss. CHF von 10.– pro Familie wird zum Kursbetrag dazu gerechnet. Versäumte Lektionen berechtigen zu keinem Preisabzug noch können sie nachgeholt werden, auch nicht wenn ein Arztzeugnis vorliegt. Für Elvikurse gelten spezielle Bedingungen, siehe Bebe/ELKI Flyer.

Die Schwimmschule lehnt jede Haftung ab. Für Schäden welche Kinder verursachen haften die Eltern. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Die Schwimmschule behält sich das Recht vor, bei ungenügenden Anmeldungen, Kurse zusammenzulegen oder aufzuteilen und bei Bedarf Lektionen an ausgewiesene LeiterInnen zu übertragen.

Mit ihrer Anmeldung akzeptieren sie die AGB's.

Sicherheit/Organisatorisches/Hygiene

Die Kinder stehen auch während des Unterrichts unter der Aufsichtspflicht der Eltern.

Aus Sicherheitsgründen und um nicht durch ins Gesicht fallende Haare behindert zu werden, tragen die Kinder in den öffentlichen Bädern die schuleigene Badekappe. Bitte schicken Sie Ihre Kinder unter die warme Dusche um sich gründlich zu waschen, auch die Haare. Putzen Sie ihnen auch die Nase. Bermudashorts sind im Kurs nicht erwünscht! Besammlungsort ist die Schwimmhalle. Das Tragen von Strassenkleidern ist in den Bädern nicht erlaubt.

aQuality.ch Schweizerische Schwimmschulen mit Qualitätslabel swimmsports.ch mit seinen Partnern, dem Schweiz. Schwimmverband SSCHV, der Schweiz. Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG und Jugend und Sport J+S hat im 2006 die ersten Schwimmschulen mit dem Qualitätslabel auszeichnen. Es freut uns, dass wir zu den Ersten gehörten, welche die Anforderungen erfüllt haben.

Kursorte

Wylerbäd, Scheibenstrasse 65, 3014 Bern: Wassertemperatur Mo+Di, 32°C

Weyermannshaus, Stöckackerstrasse 11, 3027 Bern: Wassertemperatur Do+Fr, 32°C

Domicil Baumgarten, Bümplizstrasse 159, 3018 Bümpliz: Badgrösse 10 x 6 m, 33°C

Hallenbad Stettlen, Bleichstrasse 1, 3066 Stettlen: Wassertemperatur 29°C

Physiotherapie Talgut-Zentrum, Talgut-Zentrum 34, 3063 Ittigen, 33°C

Stiftung Rotonda, Solothurnstr. 76, 3303 Jegenstorf, Wassertemperatur 33°C

Kursanmeldung und Detailinformationen:

Anmeldungen bitte unter www.schwimmschule-hitz.ch

info@schwimmschule-hitz.ch

Luzia Hitz

Büro 031 99 11 305, Mo,Di, 8-11.30/ Di, 13.30-18.00

sonst Telefonbeantworter