

# Wasserspringen Grundkurs1

## Trainingsziel

Die Technik des Wasserspringens beinhaltet sämtliche Grundelemente aller Sportarten. Ziel ist es, die Grundelemente zu vertiefen, die Talente zu erkennen und zu fördern. Weiter wird ein konzentriertes Zuhören in Verbindung mit diversen Bewegungsabläufen trainiert. Ihre Kinder können selber feststellen, wo Ihre Begabungen liegen. Unsere geschulten Trainer werden die Resultate gerne mit Ihnen besprechen.

## Informationen zum Training

Datum:	<b>ab Mittwoch, 21. Oktober 2009</b>
Zeit:	17.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Ort:	Hallenbad Zürich-Oerlikon
Alter:	<b>5 - 9 Jahre</b>
Kurslänge:	10 Lektionen
Gruppengrösse:	6 - 12 Kinder
Ziel:	Ihren Kindern die Grundelemente des Wasserspringens beizubringen
Kurskosten:	<b>CHF 150.00</b>
Versicherung:	Ist Sache des Teilnehmers



Gleichgewichtsübungen



Akrobatikübungen



Kraftelemente



Orientierung im Wasser



Spannungsübungen



Grundsprünge ins Wasser

## Anmeldung:

VZW Administration  
Gabi Schilling  
Tennried 9  
8044 Gockhausen  
E-Mail: [administration@vzw.ch](mailto:administration@vzw.ch)



## Unser Verein

Der **VZW** wurde im Jahr 1981 gegründet und gehört in der Schweiz zu den führenden Vereinen, der die Sportart Wasserspringen vertritt. Ziel des Vereins ist es, diese faszinierende Sportart einem breiten Publikum näher zu bringen. Mit Spielgruppen für die Kleinsten, Plauschgruppen, Nachwuchsgruppen, einer Elitegruppe bis hin zur Erwachsenenengruppe, sind in unserem Verein alle Altersklassen vertreten.

## Trainer

Alle TrainerInnen sind vom Verein Zürcher Wasserspringer eingestellt und haben ein SLRG-Brevet sowie eine CPR-Ausbildung, welche regelmässig wiederholt werden. Selbstverständlich haben unsere TrainerInnen auch alle Bedingungen von VERSA unterschrieben.