

PINGUIN



Instapvoorwaarden

Waterwennen 2 – Brevet zeepaardje

1. Ik kruip onder water door een hoepel
2. Ik spring vanop de kant (aan een handje)
3. Ik verplaats me in het diepe als een aapje langs de kant
4. Ik blaas belletjes met mijn hoofd helemaal onder water
5. Ik drijf als een ster op mijn rug (hoofd ondersteund)
6. Ik stuw een drijvend voorwerp naar de overkant

Doelstellingen

Waterwennen 3 - Brevet pinguïn

1. Ik daal af naar de bodem langs een stok
2. Ik spring in het water en kom er weer uit
3. Ik drijf 3 seconden als een ster op mijn buik
4. Ik haal 3 voorwerpen op van de bodem
5. Ik glij 3 seconden op mijn buik met een plankje

Lesdata

1 x 30 minuten / week

Beschikbaar op volgende lesdagen:

- Woensdag, tussen 14:00 en 17:20
- Vrijdag, tussen 17:00 en 19:20
- Zaterdag, tussen 14:30 en 17:40
- Zondag, tussen 10:00 en 13:20



ZWEMACADEMIE

zwemacademie.beveren@lago.be
LAGO Beveren De Meerminnen