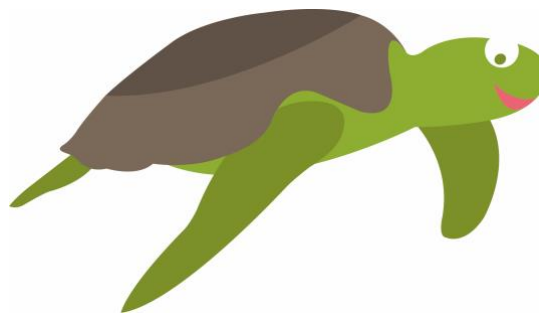


WATERSCHILDPAD



Instapvoorwaarden

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

Doelstellingen

Leren overleven – Brevet waterschildpad

1. Ik spring in het water, haal een voorwerp op van de bodem en kom uit het water
2. Ik leg een afstand af van 3 meter in buiklig
3. Ik leg een afstand af van 3 meter in ruglig
4. Ik drijf als een ster 3 seconden op mijn buik en 3 seconden op mijn rug
5. Ik kan draaien als een vuurtoren in het water door te watertrappen

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