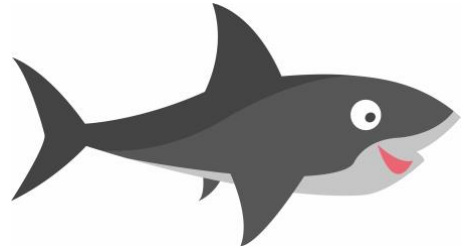


# HAAI



## Instapvoorwaarden

*Leren veilig zwemmen – Brevet otter – zwembadveilig 12m*

1. Ik kan onder een plank zwemmen in diep water
2. Combinatietest:  
Ik kan
  - Inspringen in diep water
  - 5 seconden drijven als een ster op mijn buik
  - 6 meter verplaatsen in buiklig
  - Al zwemmend op mijn rug draaien
  - 6 meter verplaatsen in ruglig
  - Op de kant klimmen

## Doelstellingen

*Leren veilig zwemmen – Brevet haai – zwembadveilig 25m*

1. Ik kan met een oppervlakte duik door een hoepel zwemmen
2. Combinatietest:  
Ik kan
  - In het water springen in diep water
  - 12 meter voortbewegen in buiklig (met arm- en beenbeweging)
  - Draaien als een vuurtoren
  - 12 meter voortbewegen in ruglig (met arm- en beenbeweging)
  - Op de kant opduwen en uit het zwembad klimmen

## Lesdata

1 x 40 minuten / week

Beschikbaar op volgende lesdagen:

- Dinsdag, 18:30 – 19:10
- 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