

Zeepaardjes 1



Leeftijd: vanaf 4 jaar

OF via toestemming juf na de lessen initiatie zeepaardjes

Lessen: 2 lessen per week (deze lessenreeks bevat 20 lessen)

Wanneer: OF maandag en donderdag om 16u30 **OF** 17u **OF** 17u30 OF 18u00

OF dinsdag en vrijdag om 16u30 **OF** 17u **OF** 17u30 OF 18u00

(Je kiest 1 van de 2 bovenstaande opties met vaste dagen en tijdstip voor de ganse lessenreeks.)

Duur: 30 minuten / les

Prijs: 150 euro per lessenreeks

Toelatingsvoorwaarden:



- Het kind kan:
- met hulpmiddel een ster op buik en rug maken.
 - met hulpmiddel een pijl maken met het hoofd in het water.
 - iets van de bodem halen met het hoofd onder water.
 - met hulpmiddel in het diep springen.

Doelstelling:



- Drijven en pijlen zonder hulpmiddel.
Beenbewegingen van schoolslag uitvoeren op de buik en rug.

Eindtermen:



- Zelfstandig in het water springen (ondiep).
Iets opduiken op 60cm.
3 tellen ster drijven op buik en rug.
Pijlen op de buik.
Benen schoolslag en crawl op buik met plank + op rug met plank.
In het diep durven zwemmen met hulpmiddel.
Als het kind alle eindtermen heeft bereikt mag het naar de volgende groep 'zeepaardjes 2'.



Voor deze lessen **MOET** je deel te nemen aan het testmoment.

Inschrijven voor de **testlessen** zeepaardjes 1 via:

dewaterperels.zwemscore.be