

Zwemlessen volwassenen voor beginners (+ 16 jaar)

Op leren zwemmen staat geen leeftijd! Er zijn zelfs mensen van 60 en ouder die zwemles komen volgen. Op aanraden van dokter of kinesist komen veel volwassenen zwemmen want het water ontlast de gewrichten en laat toe op een gezonde manier te trainen. Door te zwemmen verbeter je niet enkel je spierkracht, conditie en lenigheid maar het is ook ontspannend en relaxerend. Een lessenreeks bestaat uit 8 lessen van 45 min.

Tarief: 74 euro

Reeks 1: Dinsdag van 19u30 tot 20u15

Sessie 1: 12/9, 19/9, 26/9, 3/10, 10/10, 17/10, 24/10, 7/11 (geen les op 31/10)

Sessie 2: 14/11, 21/11, 28/11, 5/12, 12/12, 19/12, 9/1, 16/1 (geen les op 26/12 en 2/1)

Sessie 3: 30/1, 6/2, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 20/3, 27/3 (geen les op 13/2)

Sessie 4: 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6 (geen les op 1/5)