

Das „Osterspecial“ mit Ricarda Lisk



Das Seminar findet am Samstag, 26.03.2016, in Waiblingen-Neustadt statt und richtet sich an alle Triathletinnen und Triathleten, die das Kraulschwimmen zumindest in der Grobform beherrschen, die Spaß und Freude am Schwimmen haben und ihre Technik verbessern möchten.

Die Praxis steht natürlich an diesem Tag im Vordergrund. Neben der Vermittlung von spezifischen Übungen wird es eine Schwimmstilanalyse geben sowie Tipps und Tricks zum Techniktraining im Wasser.

Zusätzlich werden wichtige theoretische Informationen zu Wasserlage, Antrieb und Trainingsmethoden vermittelt, sowie der Gebrauch von Pullbuoy, Paddles & Co. beleuchtet.

- Termin:** Samstag, 26.03.2016, 09.30 - ca. 18.30 Uhr
Ort: Waiblingen-Neustadt
Leistung: Referenten, Lehrgangsunterlagen, Eintritt ins Bad, Mittagessen; Getränke für den Praxisteil bitte selbst mitbringen
Referenten: Ricarda Lisk (Olympiateilnehmerin, Trainerin B Triathlon)
N.N.
Preis: 75,- € für BWTV-Mitglieder
85,- € für Nichtmitglieder
Lehrgang: 2016-03 SS-mixed
Anmeldung: Über die [Online-Anmeldung des BWTV](#)

Maximale Teilnehmerzahl: 14 Personen

Meldeschluss: Freitag, 11.03.2016

Weitere Infos zum Seminar:

Dorit Clemens (Sportreferentin) | 0711 / 28077 351 | dorit.clemens@bwtv.de