

Meisterschwimm- kurs im Opelbad

20.–22. Juni 2019

jeweils zwischen 7–9 Uhr

Teilnahme abgesehen vom
Badeeintritt kostenfrei

Olympia-Medaillengewinnerin Dr. Jutta Weber-Meeuw sowie der dreifache Europameister, Oberstudienrat Folkert Meeuw, geben wichtige Tipps und Tricks zum entspannten Schwimmen.

Die beiden Diplom-Sportlehrer und Trainer instruieren fachkundig zu folgenden Themen:

- › richtig atmen
- › Entlastung der Wirbelsäule
- › Verbesserung der Beweglichkeit
- › ökonomischer schwimmen
- › mühelos vorwärts kommen

Weitere Infos:

Opelbad | Am Neroberg, 65193 Wiesbaden

Tel.: +49 611 1746 499-0

opelbad@wiesbaden.de | www.wiesbaden.de/mattiaqua