

FIT FÜR DEN TRIATHLON

Techniktraining, Konditionstraining nötig?
Wir machen dich fit!



Wir bieten

- * Verbesserung der Schwimmtechnik
- * Trainingspläne zur Steigerung der Ausdauer/Kraft
- * Schwimmen in Wettkampfkleidung möglich
- * neue Bekanntschaften

Wo & Wann

- * Freibad Niederkrüchten
- * Mittwochs 19:00-20:00
- * Externe 30€, Mitglieder kostenfrei

Infos und Anmeldung

- * LeiterAusbildung@niederkruechten.dlrg.de oder 0151-65249811
- * Montags oder Mittwochs 19:00 – 21:00 Freibad Niederkrüchten

Schon fit im Kraulen?

Dann komm zu den Wasserballern