

## Volwassenen zwemmen

Op dinsdagavond van 19.45 tot 20.15 uur hebben we vier verschillende groepen volwassenen die zwemmen.

Als eerste een kleine groep die instructie krijgt om te leren zwemmen. Misschien heeft u nooit leren zwemmen of bent u angstig in het diepe. Lesgever Agnes leert u de techniek om te drijven, de schoolslag, rugslag en beginners borst- en rugcrawl. Om, als u dat wilt, uiteindelijk het felbegeerde A-diploma te halen.

Een tweede groep o.l.v. Rieta trekt in rustig tempo hun baantjes en breidt de nieuw verworven vaardigheden uit.

Groep drie zijn de trimzwemmers die in een lekker tempo de schoolslag, (samengestelde) rugslag en borst- en rugcrawl zwemmen. Daarbij op zijn tijd onderwater zwemmen, een hoekduik of zwemmend redden. Lesgever Marjan geeft leuke opdrachten en instructie daar waar nodig.

Last but not least de baantjestekkers: Zonder instructie maar in een pittig tempo werken ze hun zelfgekozen zwemslagen en -afstanden af.

Kortom lekker doorzwemmen en voor ieder wat wils. Lijkt het u leuk om mee te doen, neem dan contact op met Marjan via [pwv.technischecommissie@gmail.com](mailto:pwv.technischecommissie@gmail.com) want er is nog plek. U kunt altijd een proefles doen voor u zich inschrijft.

Het clubhuis is op dinsdagavond open van +/- 20:15 tot 21:00 uur.

Wie zin en tijd heeft kan na de les nog even napraten in het clubhuis onder het genot van een kopje koffie, thee of glaasje fris.

