



Freischwimmertag im Freibad Adendorf



Wart ihr in den Ferien fleißig oder wolltet ihr eh schon immer mal ins Freibad gehen, um euer Schwimmbzeichen in Bronze zu erwerben?

Dann macht euch am **06.08. in der Zeit von 14:00-18:00 Uhr** auf ins Adendorfer Freibad, denn als schwimmfähig gilt ein Mensch erst dann, wenn er die Kriterien des Schwimmbzeichen in Bronze erfüllen kann.

Die DLRG Adendorf-Scharnebeck e.V. bietet an diesem Tag allen Kinder und Erwachsenen die Möglichkeit an, ihr Schwimmbzeichen Bronze gegen eine Gebühr von 8 Euro zu erwerben.

Für Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre sind folgende Disziplinen in einer Stationsausbildung zu absolvieren:

- Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 Meter Schwimmen in höchstens 15 Minuten,
- einmal ca. 2 Meter Tieftauchen von der Wasseroberfläche und Herausholen eines Gegenstandes,
- Sprung aus 1 Meter Höhe oder Startsprung,
- Kenntnis der Baderegeln

für Erwachsene ab 18 Jahre gelten diese Disziplinen:

- Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 Meter Schwimmen in höchstens 7 Minuten
- Kenntnis der Baderegeln

Kommt einfach ohne vorherige Anmeldung vorbei. Wir freuen uns auf Euch

Bei Rückfragen schickt mir einfach eine Email unter: tanja.schmidt-dlrg@gmx.de