



## Opfriscursus Zwemmen

Locatie: Zwembad De Barlage

Dag: Woensdag

Datums: 12, 19 en 26 maart

Tijdstip: 10:00 - 11:00 uur

Kosten: € 10,- incl. koffie/thee

Aanmelden: Via beweegcoach

*Aantal: Er is plek voor 10 deelnemers*

**Tim Beijleveldt**  
Beweegcoach  
Westerwolde  
06- 26 97 54 04  
t.beijleveldt@hvdsg.nl



Heeft u al jaren niet meer gezwommen en wilt u de draad weer oppakken? Bewegteam Westerwolde biedt samen met zwembad de Barlage een 3-weekse opfriscursus voor aan.

De lessen worden gegeven door een zweminstructeur van zwembad de Barlage met ondersteuning van een beweegcoach. De lessen vinden plaats in een klein groepje zodat er voldoende ruimte is voor individuele begeleiding.

Tijdens deze lessen kunt u onder begeleiding van een ervaren zweminstructeur werken aan uw persoonlijke doel.

Hierbij kunt u denken aan het aanleren/verbeteren van zwemslagen, maar ook als u zwemmen nog spannend vindt kan het prettig zijn om een aantal keer onder begeleiding te zwemmen.