



Ook dit jaar verzorgt de Aelderzwemschool weer de zwemlessen in Zwembad Zweeloo.

De Aelderzwemschool is in het bezit van de licentie Nationale zwemdiploma's van de Nationale Raad Zwemveiligheid. Wij geven les conform de eisen van het **nieuwe zwem ABC**.

Het nieuwe **zwem ABC** is gekoppeld aan niveaus op weg naar de **Nationale Norm Zwemveiligheid**. De niveaus sluiten aan op de Nederlandse watercultuur en zijn afgestemd op situaties waarin volwassenen en kinderen gaan zwemmen.

Diploma A: Een zwembad zonder attracties

Diploma B: Een zwembad met attracties, zoals een wildwaterbaan, glijbaan en golfslagbassin.

Diploma C: Een zwembad met attracties en in open water zonder stroming of grote golfslag (recreatieplassen, sloten/vaarten m.u.v. de zee).

Ook voor de kinderen die reeds in het bezit zijn van het zwem ABC hebben wij de mogelijkheid om aansluitende diploma's te behalen zoals **zwemvaardigheid 123, snorkelen 123, survival 123**.

In ons prachtige openlucht zwembad hebben wij de mogelijkheid om alle lessen en de daarbij horende diploma's aan te bieden en de kinderen zwemveilig te maken.

Voor de kinderen die niet echt meer voor een diploma willen zwemmen maar wel graag het zwemmen willen onderhouden is er **een zwemclub**. Tijdens deze les komen verschillende onderdelen zoals techniek zwemslagen, snorkelen, survival en reddend zwemmen aan de orde. Deze les is 1x per week 30 minuten.

Voor volwassenen* hebben wij de **Aquavaria**, er zullen meerdere vormen uit de aquafitness worden aangeboden zoals aquarobics, aquajogging, aquajumping (met mini-trampoline), aquabootcamp en aquaworkout. Een swingende les waarin we zowel conditie, lenigheid, en spierkracht trainen.

Deze les is 1x per week 30 minuten.

*Bij voldoende animo zullen wij ook een groep gaan starten voor de jeugd vanaf 10 jaar.

Zwemlessen seizoen 2018:

ABC Zwemlessen*:

A lessen	17.00-18.30 uur	3x per week 30 minuten	ma/wo/vr
B lessen	17.00-18.30 uur	3x per week 30 minuten	ma/wo/vr
C lessen	17.00-18.30 uur	3x per week 30 minuten	ma/wo/vr

Doelgroeplessen*:

Zwemvaardigheid 1,2,3,	17.00-18.30 uur	2x per week 30 minuten	di/do
Survivalzwemmen 1,2,3,	17.00-18.30 uur	2x per week 30 minuten	di/do
Snorkelen 1,2,3,	17.00-18.30 uur	2x per week 30 minuten	di/do
ZWEMCLUB :	18.00-18.30 uur		vrijdag
<u>Aquavaria</u>	20.00-20.30 uur	1x per week	woensdag

Kosten lesknipkaarten :

ABC lessen :	10x	€ 35.00	20x	€ 55.00
Doelgroep lessen:	10x	€ 45.00	20x	€ 65.00

Abonnementhouders hebben op de leskaarten € 5.00 korting

*De lessen vinden alleen doorgaan bij een minimale deelname van 5 personen per groep

U kunt zich aanmelden voor de lessen via de www.aelderzwemschool.nl of bellen met 06-20038666