



Migros Klubschulen – *Schwimmunterricht für Erwachsene*

Die Migros Klubschulen bieten laufend Schwimmkurse auf verschiedenen Niveaustufen für Erwachsene an. Während der Anfänger die Bewegung im Wasser lernt, feilt der Fortgeschrittene an seiner Technik in Crawl, Rücken- oder Brustschwimmen.

Das Kursangebot unter:

www.klubschule.ch (Suchbegriff Schwimmen eingeben)
und Tel. 0844 844 900

**Es lohnt sich, an
der Technik des
Schwimmens zu feilen.**

„Wasser bedeutet mir fast alles. Wenn ich nicht esse, schlafe oder in der Schule bin, bin ich im Wasser. Bis zu vier Stunden pro Tag. Am schönsten ist Wasser für mich, wenn es nicht zu hart und nicht zu weich, nicht zu kalt und nicht zu warm ist. Ein gutes Wassergefühl habe ich, wenn ich spüre, wie meine Fingerspitzen das Wasser zur Seite drücken, wie es über meine Hände und meinen Körper gleitet, weich und schnell.“

Laura Verwig, 16, Schwimmverein Basel, Sportgymnasium Bäumlhof

