

TANFOLYAMI CSOPORTOK

ELŐKÉSZÍTŐ CSOPORT: Ide azokat a **4 éves** gyerekeket várjuk, akik heti rendszerességgel, folyamatos munkát bírva ismerkednek a vízzel. Az oktatás a tanmedencében zajlik és játékos feladatokon keresztül tanulják meg a gyerekek az alapokat, és az alaptechnikai gyakorlatokat.

KEZDŐ CSOPORT: A kezdő csoportba **5 éves kortól** jelentkezhetnek a gyerekek. Az oktatás a tanmedencében zajlik. Ezen a szinten az alapfeladatokon túl a hátúszással majd a későbbiekben előkészítő jelleggel a mellúszással ismerkednek meg a tanulók. A tanév 2. felében elkezdődik a mély vízhez szoktatás is.

KÖZÉPHALADÓ CSOPORT: A kezdő szint folytatása. A középhaladó csoportban hátúszás további gyakorlása mellett a mellúszás tanulása zajlik. A tanmedencében és a mély vízben is egyaránt folyik az oktatás, így ezen a szinten már mély vizes úszástudás szükséges. Gyorsúszás előkészítése, csiszolása.

HALADÓ CSOPORT: Ide azokat várjuk, akik már 3 úszásnemben (hát-, mell- és, gyorsúszásban) növekvő edzőmunka és terhelés mellett is jó technikával úsznak, ill. bírják a nehezebb technikai feladatokat.

