

Die nächsten Kurstermine im **Hotel Post**, Goldbacher Str. 19-21, **Aschaffenburg**

Kurse	Kurs-Nr.	Wochentag	Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Anfänger-Schwimmkurs für Kinder ab 4 Jahren</b>  <i>Kursgebühr: 115,-€ max. 6 Kinder</i>	HPKA0112	Freitag	15.00-15.45	27.01.	03.02.	10.02.	17.02.	02.03.	09.03.	16.03.	23.03.
	HPKA0212	Freitag	15.00-15.45	20.04.	27.04.	04.05.	11.05.	18.05.	25.05.	<b>6x 45 Minuten Kursgeb: 85,-€</b>	
	HPKA0312	Freitag	15.00-15.45	15.06.	22.06.	29.06.	06.07.	13.07.	20.07.		
<b>Aufbaukurs für Kinder ab 4 Jahren</b>  <i>Kursgebühr: 115,-€ max. 6 Kinder</i>	HPKAB0112	Freitag	16.00-16.45	27.01.	03.02.	10.02.	17.02.	02.03.	09.03.	16.03.	23.03.
	HPKAB0212	Freitag	16.00-16.45	20.04.	27.04.	04.05.	11.05.	18.05.	25.05.	<b>6x 45 Minuten Kursgeb: 85,-€</b>	
	HPKAB0312	Freitag	16.00-16.45	15.06.	22.06.	29.06.	06.07.	13.07.	20.07.		

Die nächsten Kurstermine im **Vitamar**, Kirchstr. 1, **Kleinostheim**

### Kinderkurse



Kurs-Nr.	Wochentag	Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8	
<b>Anfänger-Schwimmkurs für Kinder ab 4 Jahren</b>  <i>Kursgebühr: 115,-€ max. 6 Kinder pro Trainer</i>	VitKA0112	Dienstag	15.00-15.45	24.01.	31.01.	07.02.	14.02.	28.02.	06.03.	13.03.	20.03.
	VitKA0212	Samstag	10.00-10.45	21.01.	28.01.	04.02.	11.02.	03.03.	10.03.	17.03.	24.03.
	VitKA0312	Dienstag	15.00-15.45	17.04.	24.04.	08.05.	15.05.	22.05.	29.05.	<b>6x 45 Minuten Kursgeb: 85,-€</b>	
	VitKA0412	Samstag	10.00-10.45	21.04.	28.04.	05.05.	12.05.	19.05.	26.05.		
	VitKA0512	Dienstag	15.00-15.45	12.06.	19.06.	26.06.	03.07.	10.07.	17.07.	24.07.	31.07.
	VitKA0612	Samstag	10.00-10.45	16.06.	23.06.	30.06.	07.07.	14.07.	21.07.	<b>6x 45 Min. / 85,-€</b>	
<b>Aufbaukurs für Kinder ab 4 Jahren</b>  <i>Kursgebühr: 115,-€ max. 6 Kinder pro Trainer</i>	VitKAB0112	Dienstag	16.00-16.45	24.01.	31.01.	07.02.	14.02.	28.02.	06.03.	13.03.	20.03.
	VitKAB0212	Samstag	10.45-11.30	21.01.	28.01.	04.02.	11.02.	03.03.	10.03.	17.03.	24.03.
	VitKAB0312	Dienstag	16.00-16.45	17.04.	24.04.	08.05.	15.05.	22.05.	29.05.	<b>6x 45 Minuten Kursgeb: 85,-€</b>	
	VitKAB0412	Samstag	10.45-11.30	21.04.	28.04.	05.05.	12.05.	19.05.	26.05.		
	VitKAB0512	Dienstag	16.00-16.45	12.06.	19.06.	26.06.	03.07.	10.07.	17.07.	24.07.	31.07.
	VitKAB0612	Samstag	10.45-11.30	16.06.	23.06.	30.06.	07.07.	14.07.	21.07.	<b>6x 45 Min. / 85,-€</b>	
<b>FortgeschrittenenKurs für Kinder</b>	Auf Anfrage am Samstag Vormittag										

### Kurse für Erwachsene:

Kurs-Nr.	Wochentag	Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8	
<b>Fortgeschrittenen Kurs für Erwachsene</b>  <i>Erlernen der Kraul- und / oder Rückentechnik</i>  <i>Kursgebühr: 115,-€ max. 6 Teilnehmer</i>	VitEF0112	Samstag	10.00-10.45	21.01.	28.01.	04.02.	11.02.	03.03.	10.03.	17.03.	24.03.
	VitEF0212	Samstag	10.45-11.30	21.01.	28.01.	04.02.	11.02.	03.03.	10.03.	17.03.	24.03.
	VitEF0312	Samstag	10.00-10.45	21.04.	28.04.	05.05.	12.05.	19.05.	26.05.	<b>6x 45 Minuten Kursgeb: 85,-€</b>	
	VitEF0412	Samstag	10.45-11.30	21.04.	28.04.	05.05.	12.05.	19.05.	26.05.		
	VitEF0512	Samstag	10.00-10.45	16.06.	23.06.	30.06.	07.07.	14.07.	21.07.		
	VitEF0612	Samstag	10.45-11.30	16.06.	23.06.	30.06.	07.07.	14.07.	21.07.		

Weitere Infos & Anmeldungen unter

Tel: 0177-4431652 / im Internet: [www.nature.de](http://www.nature.de) / per Mail: [aschaffenburg@nature.de](mailto:aschaffenburg@nature.de)

# Kursprogramm Januar – Juli 2012



Die nächsten Kurstermine im **Hallenbad Mömlingen**, Kirchrainstraße 38, **Mömlingen**

Kurse	Kurs-Nr.	Wochentag	Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Fortgeschrittenen Kurs für Erwachsene</b>  <i>Erlernen der Kraul- und / oder Rückentechnik</i>  <b>Kursgebühr: 115,-€</b>  <i>max. 6 Teilnehmer</i>	MÖEF0112	Montag	19.00-19.45	16.01.	23.01.	30.01.	06.02.	13.02.	20.02.	27.02.	06.03.
	MÖEF0212	Montag	20.00-20.45	16.01.	23.01.	30.01.	06.02.	13.02.	20.02.	27.02.	06.03.
	MÖEF0312	Montag	19.00-19.45	16.04.	23.04.	30.04.	07.05.	14.05.	21.05.	28.05.	04.06.
	MÖEF0412	Montag	20.00-20.45	16.04.	23.04.	30.04.	07.05.	14.05.	21.05.	28.05.	04.06.
<b>Buntes Bewegungsprogramm im Wasser für Senioren</b>  <b>Kursgebühr: 65,-€</b>	MÖS0112	Freitag	15.45-16.30	20.01.	27.01.	03.02.	10.02.	17.02.	24.02.	03.03.	10.03.
	MÖS0212	Freitag	15.45-16.30	20.04.	27.04.	04.05.	11.05.	18.05.	25.05.	01.06.	08.06.

## Unser Angebot für Triathleten & Freizeitschwimmer



<b>Technik- und Ausdauertraining für Triathleten und Freizeitschwimmer</b>  <i>10-er Karte: 115,- €</i>	TRIA	Donnerstag	20.30 – 21.30 Uhr	12.01.2012 – 26.07.2012	in Kleinostheim / Vitamar
		Sonntag	18.45 – 19.45 Uhr	15.01.2012 – 22.07.2012	
Kontinuierlich stattfindende Trainingsstunden. Einstieg jederzeit möglich. Voraussetzung: technisch: Grundkenntnisse Kraul-Technik; konditionell: 300-400m können bereits gekrault werden					
<b>Videoanalyse</b>  <i>Gebühr: 40,-€</i>		über und unter Wasser, Besprechung & eigene Aufnahmen auf CD Termine nach Vereinbarung			
<b>Einzelunterricht ( 45 min.)</b>  <i>Gebühr: 40,-€</i>		Termine nach Vereinbarung			
<b>Vereinstraining</b>		auf Anfrage			

## Angebote in Zusammenarbeit mit



<b>Triathlon Trainingscamp</b>  <b>Fuerteventura</b>  <b>1099,- / 1449,-€</b>	25.02. – 10.03.2012  mehr Infos unter <a href="http://www.natare.de">www.natare.de</a> und <a href="http://www.triforyou.de">www.triforyou.de</a>	1 Woche / 2 Wochen buchbar Las Playitas / Fuerteventura swim – bike – run and fun
---	--	---

Weitere Infos & Anmeldungen unter

Tel: 0177-4431652 / im Internet: [www.natare.de](http://www.natare.de) / per Mail: [aschaffenburg@natare.de](mailto:aschaffenburg@natare.de)