

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 gyerekek.

KEZDŐ+ CSOPORT: Olyan gyermekek jelentkezését várjuk, akik már **részt vettek egy előkészítő tanfolyamon**, megismerkedtek már az úszás alapjaival és az alaptechnikai feladatokkal (lebegés, siklás, hason és háton lábtempó eszközzel és eszköz nélkül). **Nem kezdő szint!** Az oktatás a **tanmedencében** zajlik.

KÖZÉPHALADÓ CSOPORT: **A kezdő szint folytatása.** A középhaladó csoportban hátúszás további gyakorlása mellett a mellúszás tanulása zajlik. Gyorsúszás előkészítése, csiszolása. Az oktatás eleinte a **tanmedencében** zajlik majd későbbiekben a **mélyvízben** is.

KÖZÉPHALADÓ - HALADÓ CSOPORT: Ide azokat a gyerekeket várjuk, akik már megismerkedtek legalább két úszásnemmel és **mélyvízben** tudnak úszni.

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.